

Ministerium für Hoch- und Fachschulbildung der Republik Usbekistan
Usbekische staatliche Weltsprachenuniversität
Lehrstuhl für Theorie und Praxis der deutschen Sprache

Barbu Gloriya Fukovna
Gruppe 404

**BEDEUTUNG DER NONVERBALEN KOMMUNIKATION
IM UNTERRICHT**

zur Erlangung des Bachelorgrades in Fachrichtung 51220100 –Philologie und
Sprachvermittlung (Deutsche Sprache)

QUALIFIKATIONSARBEIT

“Die Qualifikationsarbeit wurde geprüft und zur Verteidigung zugelassen” Leiterin des Lehrstuhls für Theorie und Praxis der deutschen Sprache Qosimova Ya.M 2020 “ ____ ” _____	Wissenschaftliche Betreuerin: Abdullaeva S.Ya 2020 “ ____ ” _____
--	--

Taschkent – 2020

Ўзбекистон республикаси олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги
Ўзбекистон давлат жаҳон тиллар университети
Немис тили назарияси ва амалиёти кафедраси

Барбу Глория Фуковна

404-guruh

ДАРСДА ИМО-ИШОРАЛАРНИ ҚЎЛЛАШНИНГ АҲАМИЯТИ

5120100 – Филология ва тилларни ўқитиш (немис тили) йўналиши бўйича
бакалавр даражасини олиш учун ёзилган

БИТИРУВ МАЛАКАВИЙ ИШ

“Битирув малакавий иш ҳимояга тавсия этилди” Немис тили назарияси ва амалиёти кафедраси мудираси Қосимова Я.М 2020, „__” _____	Илмий раҳбар: ф.ф.н.доц. Абдуллаева С.Я 20 “__” _____
---	--

Тошкент-2020

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
KAPITEL I. Grundbegriffe	
1.1. Eine Übersicht über die Kommunikation	8
1.2. Pragmatische Axiome der Kommunikation nach Paul Watzlawick	11
1.3. Kommunikationsmodell «Schulz von Thun»	13
1.4. Die Bedeutung nonverbaler Kommunikation	14
1.4.1. Ebenen der nonverbalen Kommunikation	18
1.5. Verbale Kommunikation	26
1.6. Paraverbale Kommunikation	27
KAPITEL II. Die visuellen Signale der Körpersprache	
2.1. Grundlagen der Körpersprache	29
2.2. Gestik	30
2.3. Mimik	39
2.4. Blickkontakt als Kommunikationsmittel	44
2.5. Körperhaltung	48
2.6. Proxemik	51
KAPITEL III. Die Bedeutung der Körpersprache im Unterricht	
3.1. Die Rolle der Körpersprache	54
3.2. Zeichen der Unsicherheit und Sicherheit des Lehrers	57
3.2.1. Überlegenheit im Klassenzimmer	57
3.2.1.2. Signale die Ruhe und Stress vermitteln	59
3.3. Aufmerksamkeit in der Klasse	60
3.3.1. Führungsstil	60
3.3.1.2. Zeichen der Aufmerksamkeit	61
3.4. Position im Klassenzimmer	63
3.4.1. Wirksamkeit der Position und Sitzordnung	63
3.5. Ausbildung der Lehrer – hinsichtlich der Körpersprache	64
Fazit	68

1. Einleitung

In dieser Qualifikationsarbeit wird die Bedeutung der nonverbalen Kommunikation und ihre signifikante Wirkung im Unterricht aus verschiedenen Perspektiven betrachtet.

Der erste Teil widmet sich der terminologischen Klärung. Es beschäftigt sich mit dem Begriff «Kommunikation und Kommunikationsmodell» und erläutert drei Arten der Kommunikation: nonverbale Kommunikation, verbale Kommunikation und paraverbale Kommunikation. Dabei werden auch 5 Grundregeln (pragmatische Axiome) nach Paul Watzlawick beschrieben. Sie erklären und zeigen die Paradoxie der menschlichen Kommunikation.

Darauf aufbauend, werden im zweiten Teil die visuellen Signale der Körpersprache gezeigt. Der Schwerpunkt liegt auf den Grundkategorien, Mimik, Gestik, Kinesik und Proxemik. Dabei wird auch das Problem der unabsichtlichen und widersprüchlichen Signale behandelt, weil die Beherrschung der unterschiedlichen Kategorien der Körpersprache und die Widerspruchsfreiheit der nonverbalen Signale dem Lehrer ermöglichen, eine positive Auswirkung auf den ganzen Unterrichtsprozess zu erzielen.

Im Fokus des dritten Kapitels steht die vorrangige Bedeutung der Körpersprache im Unterricht. Durch nonverbale Kommunikation werden im Unterricht viele hunderte Kontextualisierungshinweise vermittelt. Sowohl Lehrer als auch Lerner verwenden Körpersprache als Hilfsmittel entweder bewusst oder unbewusst. Die Körpersprache ist von großer Bedeutung für den alltäglichen Unterrichtsprozess, denn die Lehrperson setzt ihre Körpersprache ein, um ihrer verbalen Sprache Nachdruck zu verleihen, um die Beziehung zu den Schülern zu regeln und um den ganzen Unterrichtsprozess zu steuern. Die Schüler, ihre Eltern und die Lehrer selbst haben vorgefasste Erwartungen gegenüber dem Auftreten und dem Verhalten einer Lehrkraft. Zu dem Verhalten gehört auch die Körpersprache, die wie jede andere Sprache erlernt werden muss. Im Rahmen dieses Lernens kann es immer wieder zu widersprüchlichen Signalen und

Missverständnissen auf Seiten des Lehrers und der Schüler kommen, was zu Kommunikationsschwierigkeiten führen kann. Im Fremdsprachenunterricht bietet der angemessene Einsatz der Körpersprache zahlreiche Vorteile, z. B. um abstrakte Sachverhalte zu vermitteln oder konkrete Themen noch besser darzustellen. Lehrer sollen das Lesen der Körpersprache beherrschen, damit sie die nonverbalen Botschaften der Lernenden richtig interpretieren können.

Deswegen bereiten das Senden und das Empfangen nonverbaler Signale vielen jungen Lehrern und Lehrerinnen große Schwierigkeiten.

Die Problemstellung und Intention der Arbeit ist die Bedeutung der nonverbalen Sprache im Unterricht und ihre Wirkung auf die bessere Lernvermittlung zu analysieren.

Als Gegenstand der Qualifikationsarbeit dienen Bezeichnungen der Körpersprache.

Aufgaben der Arbeit sind:

1. Kommunikation und ihre Arten analysieren
2. Die Besonderheiten der Körpersprache aus verschiedenen Perspektiven betrachten.
3. Die visuellen Signale der Körpersprache erläutern und untersuchen.
4. Die Verwendung der Körpersprache im Unterricht beschreiben.

Als **wissenschaftliche Materialien** dienen die Forschungen, Untersuchungen, Studien von ausländischen Psychologen und Wissenschaftlern über nonverbale Kommunikation.

Wissenschaftliche Methoden – Es werden die wissenschaftlichen Methoden wie Analyse, Vergleich und Statistik benutzt.

Theoretische Bedeutung der Arbeit – die Erforschung der wirtschaftlichen Arbeit und ihr Einfluss auf die Rede zu bestimmen.

Praktische Bedeutung der Arbeit – Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit können bei der weiteren Erforschung als Arbeit und Promotion, bei der Erstellung der Bücher für Deutschunterricht gebraucht werden.

Die **Arbeit** besteht aus der Einleitung, drei Kapiteln, der Zusammenfassung und dem Literaturverzeichnis.

KAPITEL I. Grundbegriffe

1.1. Eine Übersicht über die Kommunikation

Kommunikation ist ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens, ohne das können wir im Alltag nicht funktionieren. Das ist unabdingbarer Prozess, der verschiedene Funktionen (Austausch der Informationen, Meinungen) erledigt und der aus 5 Bestandteilen: Nachricht, Selbstkundgebung, Sachinhalt, Beziehungshinweis und Appel besteht. Diese Kategorien stehen in einem engen Zusammenhang. An dieser Stelle muss man besonders betonen, dass für die zwischenmenschliche Kommunikation zwei Objekte: Sender und Empfänger verantwortlich sind. Aber was ist eigentlich Kommunikation und wie funktioniert das im Alltag?

Der Begriff **Kommunikation** leitet sich von dem lateinischen Wort *communicatio* ab, was Mitteilung oder Unterredung bedeutet. Gemeint ist die Verständigung untereinander, also der Austausch zwischen Menschen mithilfe von Sprachen oder Zeichen. Dabei steht ein Sender einem oder mehreren Empfängern gegenüber. Kommunikation besteht aus unmittelbaren, interpersonellen Wahrnehmungs- und Wechselwirkungsprozessen, die in verbale und nonverbale Kommunikation untergliedert werden.

Es ist sehr oft zu bemerken, dass sich Personen bei Kommunikationen berühren. Dies ist aber ein Punkt, wo man bei interkulturellen Kontakten vorsichtig sein sollte, da der Körperkontakt meist kulturabhängig ist. Es ist also durchaus möglich, dass man einen Angehörigen der fremden Kultur ohne Absicht beleidigen (oder kränken) kann, wenn die Kulturspezifik des Körperkontaktes vom Zielland nicht bekannt ist oder wenn man von der Ausgangskultur irritiert wird.

Nachdem Scherling und Schuckall¹ zur Sprache gebracht haben, dass die Körpersprache in meisten Fällen noch beeindruckender als die mündliche

¹Scherling T. Schuckall H. Mit Bildern lernen. Handbuch für den Fremdsprachenunterricht. In: Visualisierung im Unterricht. -Berlin und München: Langenscheidt, 1992. -12 S.

Kommunikation ist, drücken sie wie folgt aus, was die visuelle Unterstützung sowohl für Lehrer als auch für Lerner eigentlich leistet:

“Im Gegensatz zur Sprache haben Bilder eine unmittelbare Ähnlichkeit mit dem Dargestellten. Sie können es immer dann repräsentieren, wenn die sprachliche Bezeichnungsmöglichkeit fehlt oder schwierig ist. Diese anschauliche Kraft von Bildern unterstützt das Verstehen und hilft den Unterrichtenden dabei, ökonomischer und effektiver zu erklären”.

Bei Kommunikationssituationen mit Berührungen kann man Höflichkeit, Freundschaft, Vertraulichkeit usw. zur Sprache bringen. Es ist auch möglich, dass man durch sie eine emotionale Beziehung sendet oder auch den Beziehungsgrad (z.B. Verwandtschaftsgrad) signalisiert. Die wichtigste Voraussetzung für einen Körperkontakt sind die Kenntnisse über die Zulässigkeit der Körperberührungen. Diese Zulässigkeit ist folgenderweise zu gliedern:

- *Körperregion und Art der Berührung*
- *Kultur und Gruppenzugehörigkeit, soziale Schicht und Status*
- *Geschlecht*
- *Alter, z.B. Kinder, Alte*
- *Soziale Beziehung, z.B. familiäre Bindungen, Freundschaft, Bekanntschaftsgrad”*

Was auch immer der Grund sein mag, der den nonverbalen Prozess vom Unterricht wegräumt, ist es von größer Bedeutung, dass man die nichtsprachliche Kommunikation der Zielsprache in den Unterricht miteinbezieht. Denn es ist nicht zu übersehen, “[...] dass der eigentlich sprachliche Gehalt unserer Mitteilungen nur 7%, die prosodischen Elemente schon 38%, Mimik, Gestik und Körperhaltung gar 55% ausmachen”².

Anhand dieser Feststellung lässt sich erkennen, was für einen großen Anteil die nonverbalen Elemente (Mimik, Gestik und Körperhaltung) innerhalb der

²Rohrer J. Gedächtnis und Sprachenlernen aus neuropädagogischer Sicht. In: Der fremdsprachliche Unterricht. – München: Springer Verlag, 1990, -S. 12-19.

sprachlichen Mitteilungen haben; gerade deshalb sind diese nichtsprachlichen Mitteilungsformen im Unterricht starker zu aktivieren.

Beim Behandeln der nonverbalen Themen im fremdsprachlichen Deutschunterricht wäre es sehr sinnvoll, die nonverbalen Komponenten kontrastiv in die Hand zu nehmen, da auf diese Weise die Lernenden, die Unterschiede und Ähnlichkeiten zwischen der Ziel- und Ausgangskultur feststellen können. Denn bei interkulturellen Kommunikationen kann es wegen mangelnder Kenntnisse über nonverbale Äußerungstypen zu Verwicklungen führen. Um solche Verwicklungen vorbeugen zu können, muss man die nichtsprachlichen Elemente mit einer interkulturellen Perspektive in den Unterricht einbauen. So eine Vorgehensweise erweckt bei den Lernenden Lust und Neugier auf den Unterricht, über deren Nichtvorhandensein sich viele Lehrkräfte immer wieder beschwerten. Dabei ist es darauf Gewicht zu legen, besonders die Unterschiede bei den Kulturen intensiver zu behandeln. Hierzu ist es angebracht Bohns³Argument zu zitieren:

“Die Situationen, in denen Gestik und Mimik in anderen Kulturen anders sind, sind überschaubar, z.B. das verneinende Kopfnicken der Bulgaren, das Zählen mit den Fingern in afrikanischen Ländern, Begrüßungsformeln in Asien. Die Lernenden interessieren sich natürlich besonders für die Unterschiede zwischen der eigenen und der Zielkultur. Solche interkulturellen Besonderheiten sind wiederum gute Gelegenheiten, darüber im Unterricht zu sprechen. Aber auch die vielen Gemeinsamkeiten sind oft überraschend. Solche universellen Verständigungsmittel im Fremdsprachenunterricht sollten daher zum Thema gemacht werden.”

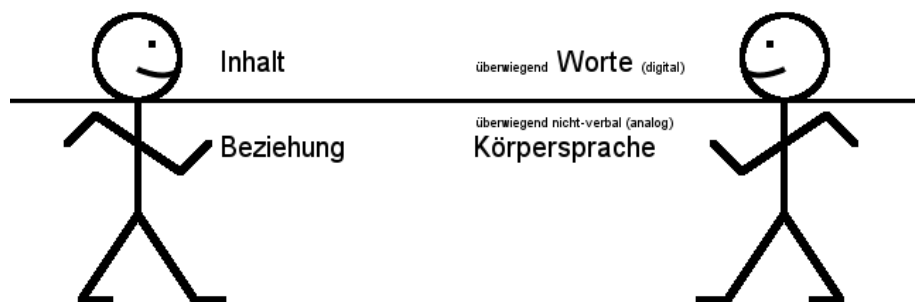
Es ist nicht zu leugnen, dass Gestik und Mimik bei der Kommunikation im Alltag eine eminente Rolle spielen und öfters nur durch sie möglich ist, sich zu verständigen, deswegen sollen die Schüler mit anderen Ausdrucksmöglichkeiten, die sich parasprachlich nennen, bekannt gemacht werden. Dies ist eines der großen Defizite in den Lehrwerken. Wenn man wünscht, die Schüler zur situativen Kommunikation in der Zielkultur zu bringen, sollte man sie mit oben genannten

³Bohn R. Probleme der Wortschatzarbeit. In: Fernstudieneinheit 22. -München: Langenscheidt, 1999. -25 S.

Mitteln in einzelnen Unterrichtseinheiten konfrontieren. Und es hängt natürlich davon ab, dass den Schülern solche Ausdrucksmittel präsentiert werden, die von Kultur zu Kultur unterschiedlich sind⁴. Warum die Präsentation dieser Verständigungsmittel im Deutschunterricht von großer Wichtigkeit ist, ist folgenderweise anschaulich:

„Es geht also sowohl um sprachliche Unterschiede als auch außersprachliche wie Mimik und Gestik, die ja nicht in allen Kulturen gleich sind. Wer das vergisst, kann leicht Missverständnisse auslösen und auf unerwartete Reaktionen stoßen“

Der Mensch ist als einziges Lebewesen zu digitaler Kommunikation fähig. Sie ist die Grundlage für den Fortschritt der Wissenschaft und der Technik, da sie, im Gegensatz zur analogen Kommunikation, nicht in der Gegenwart verhaftet ist, sondern auch Vergangenheit und Zukunft sehen kann⁵. Tiere werden immer in ihrem „Gefängnis von Reiz und Reaktion“⁶ verhaftet bleiben, während sich der Mensch durch seine Sprache daraus befreit hat.



⁴Tomczyk-Popinska E. Metatextuelle Mittel in gewählten Textsorten der deutschen dialogischen Sprache. In: Glottodidactica Vol. XXIII. –Warszawa: Peter Lang GmbH, 1995. -42 S.

⁵Hörmann H. Funktionen des Sprechens und der Sprache. In: Hasselhoff, Otto W. Kommunikation. Band 3, Forschung und Information. -Berlin: Colloquium Verlag Otto H. Hess, 1. Aufl., 1969. – 34 S.

⁶Hörmann H. Funktionen des Sprechens und der Sprache. In: Hasselhoff, Otto W. Kommunikation. Band 3, Forschung und Information.- Berlin: Colloquium Verlag Otto H. Hess, 1. Aufl., 1969. - 22 S.

1.2. Pragmatische Axiome der Kommunikation nach Paul Watzlawick

Paul Watzlawick entwickelte seine 5 Axiome zur Kommunikation. Sie erklären und zeigen ihre Paradoxie.

1. Axiom:

Kommunikation ist nicht nicht möglich.

Dabei wird die nonverbale Kommunikation betont. In diesem Fall spielt die vorrangige Bedeutung nicht nur der Inhalt, sondern auch WIE man etwas sagt (oder nicht sagt), oder WIE man sich verhält.

2. Axiom:

Inhalts- und Beziehungsaspekt

Watzlawick ist der Ansicht, dass jede zwischenmenschliche Kommunikation einen Inhalts- und Beziehungspunkt hat. Es ist signifikant, ob die Gesprächspartner gute Beziehungen haben. Die negativen Schwingungen, Emotionen führen zur falschen Interpretation in der Kommunikation.

3. Axiom:

Reiz- und Reaktionsmuster

Die Natur einer Beziehung ist durch die Interpretation der Kommunikationsabläufe seitens der Partner zueinander bedingt. Damit ist gemeint, dass jeder die Aussagen des Partners interpretiert, dessen Verhalten als eine Ursache sieht und sein Verhalten als die Reaktion darauf. Darüber, was Ursache und Wirkung ist, können die Meinungen der am Kommunikationsprozess beteiligten Personen unterschiedlich ausfallen.

4. Axiom:

analog und digital

Menschliche Kommunikation hat digitale und analoge Modalitäten.

Digitale Kommunikation ist eindeutig, präzise und erfolgt in der Regel verbal. „Wir treffen uns um 12 Uhr vor dem Musikheim“ ist eine relativ klare und präzise Äußerung.

Die gleiche Information in **analoger Form** – also mit Gestik und Mimik – ist wesentlich ungenauer, vieldeutiger und auf verschiedener Art und Weise interpretierbar. Dieser analoge Aspekt wird oft erst durch den digitalen Aspekt verständlich.

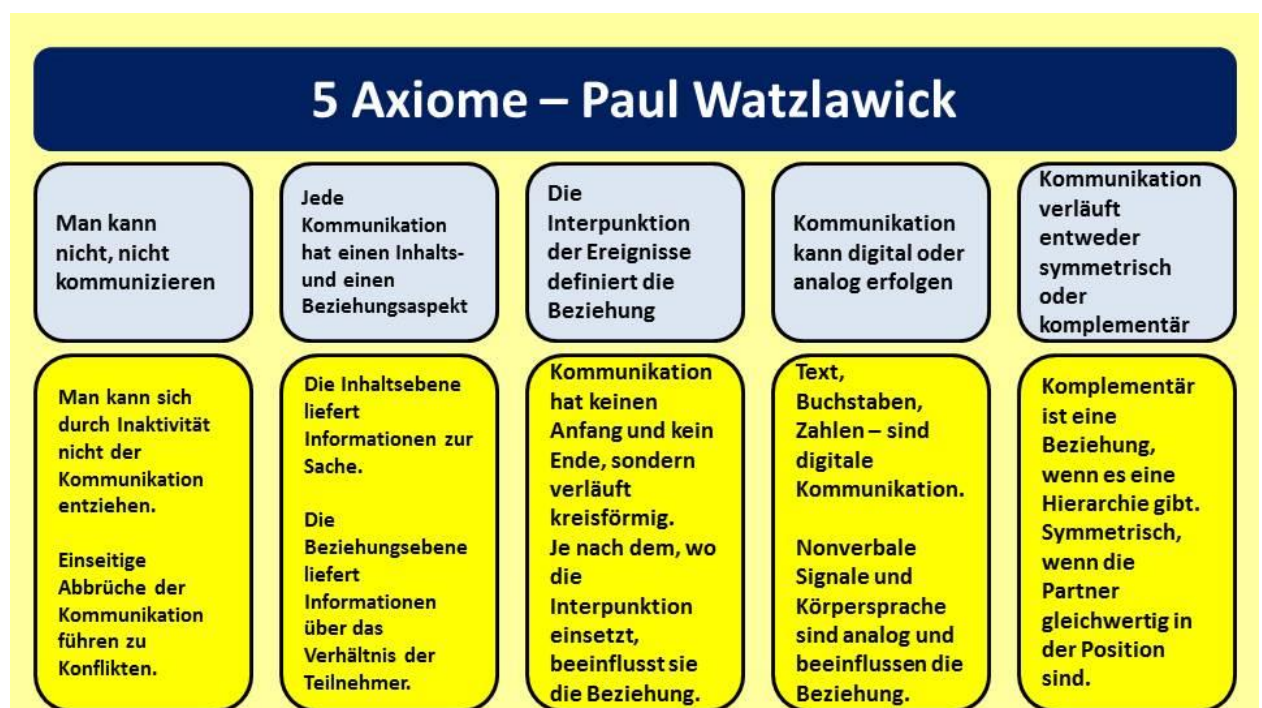
5. Axiom:

symmetrisch oder komplementär

Bei der **systematischen Beziehung** gehen beide Partner von einem ebenbürtigen Verhältnis zueinander aus. Sie verhalten sich bis zu einem gewissen Grad spiegelbildlich.

Bei der **komplementären Beziehung** stehen die Gesprächspartner in einem Ergänzungsverhältnis, z.B. redet der eine viel, der andere Partner wenig.

Beide Beziehungen können dann ein Gleichgewicht ausdrücken, wenn sie der Beziehungsdefinition des Gesprächspartners entsprechen. Ist dies nicht der Fall, kommt es zu Problemen oder Missverständnissen⁷.



⁷Watzlawick P. Beavin J. Jackson D. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. In: Symmetrische und komplementäre Interaktionen – Bern: Hans Huber Verlag, 1996. -15 S.

1.3. Kommunikationsmodell «Schulz von Thun»

Friedemann Schulz von Thun ist ein deutscher Psychologe und Kommunikationswissenschaftler. Er hat das Kommunikationsmodell «Nachrichtenquadrat» entwickelt. Bei der zwischenmenschlichen Kommunikation gibt es vier Problembereiche: Inhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung, Appell. Ein Empfänger kann selbst auswählen, auf welche Seite einer aufgenommenen Nachricht er reagieren will. Damit beschäftigt sich das Kommunikationsmodell von Schulz von Thun. Laut diesem Kommunikationsmodell muss die Information einfach formuliert und deutlich gegliedert sein. Wichtig ist auch eine kurze, prägnante Darstellung, die durch anregende Stillmittel, zum Beispiel durch Visualisierungen, unterstützt werden sollte.



1.4. Die Bedeutung nonverbaler Kommunikation

In jeder Kommunikation werden sowohl Worte als auch Botschaften ausgetauscht. Es ist kein Hören, kein Sprechen, keine Reaktion, keine Aktion, keine Interaktion, kein Lernen und Lehren, keine interkulturellen Begegnungen ohne Beteiligung des Körpers möglich. Auf der kognitiven Stufe (Gehirn), auf der sprachproduzierenden Stufe (Sprechorgane), auf der rezeptiven Stufe (Ohr, Auge,

Haut), auf der affektiven Stufe (Bauch, Herz) und auf der handelnden Stufe (Körperbewegungen) – der Körper ist immer teilnehmendes, empfangendes Medium.⁸



Als Erweiterung von berühmter These von Paul Watzlawick aus dem Jahr 1974, formuliert er: «Es ist unmöglich, nicht mit dem Körper kommunikativ zu wirken»⁹

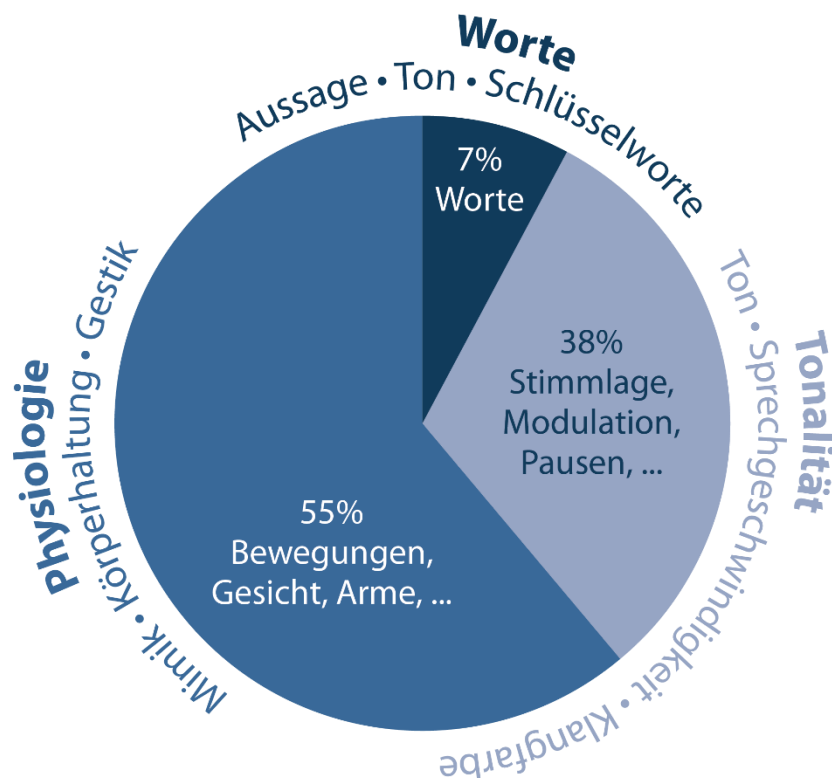
Professor Albert Mehrabian, der seit den 60er Jahren ein Pionier in der Kommunikationsforschung ist, stellte in seinen Untersuchungen fest, dass der Wirkungsgrad einer Kommunikation von folgenden Faktoren gesteuert wird:

- Verbal (gesprochene Worte) = 7%
- Vokal (wie die Worte sich anhören) = 38%
- Visuell (wie man dabei anschaut) = 55%

⁸ Krumm H. Lehrwerke im Deutsch als Fremd- und Deutsch als Zweitsprache-Unterricht. In: Krumm u.a. 2010.- Frankfurt am Main: Campus Verlag. – 41 S.

⁹Watzlawick P. Beavin J. Jackson D. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. In: Die Unmöglichkeit, nicht zu kommunizieren.– Bern: Hans Huber Verlag, 1996. -38 S.

Kommunikationsmodell von Mehrabian



Nonverbale Kommunikation ist ein wesentlicher Bestandteil unseres täglichen Lebens. Wenn uns morgens die eigene Katze um die Beine streicht, wenn wir mittags von einem Verkehrspolizisten über die Kreuzung gelotst werden, wenn wir nachmittags zufällig an einem Werbeplakat vorbeigehen und wenn wir uns beim Abendessen mit unseren Familienmitgliedern unterhalten (also verbal kommunizieren), ist immer nonverbale Kommunikation mit im Spiel.

Den meisten Menschen ist dies jedoch nicht oder nur sehr begrenzt bewusst. Dass Wissenschaftler mittlerweile herausgefunden haben, dass nonverbale Kommunikation einen weit größeren Anteil an der zwischenmenschlichen Verständigung ausmacht als der Inhalt unserer Worte, dürfte daher für Viele fast unglaublich klingen.

Auch für uns war diese Tatsache zu Beginn unserer Recherche neu. Wir wussten zwar, dass nonverbale Kommunikation im täglichen Leben eine große Rolle spielt, was uns dieses Thema auch wählen ließ, aber wie wichtig diese Rolle war, das wurde uns erst beim Bearbeiten der Qualifikationsarbeit klar.

Doch was versteht man eigentlich genau unter „Nonverbaler Kommunikation“, wo liegt die Grenze zur „Verbalen Kommunikation“, welche Mittel und Formen der Verständigung gibt es hier und welche Wirkung oder Funktionen haben sie beim Menschen?

Unser Interesse konzentriert sich aus diesen Gründen ausschließlich auf Formen direkter zwischenmenschlicher Verständigung. Auf mögliche Untersuchungen weiterer, teilweise bereits erwähnter Themenbereiche kann hier leider aus Platzgründen nicht eingegangen werden.

Zunächst sollen einige wichtige Grundlagen zum Verständnis des Themas beleuchtet werden, um anschließend detailliert auf die verschiedenen Formen, Funktionen, Wirkungen und auch Probleme nonverbaler Kommunikation einzugehen. Hierbei lässt es sich aufgrund der engen Verflechtung beider Bereiche nicht vermeiden, immer wieder auch die verbale Kommunikation in die Betrachtung mit einzubeziehen.

Aus diesen Gründen verwundert es kaum, dass der nonverbalen Kommunikation heutzutage von der Forschung eine gewichtige Rolle im zwischenmenschlichen Interaktions- und Verständigungs-Prozess zugemessen wird. Dennoch konnten die recht einheitlichen Forschungsergebnisse bisher nichts daran ändern, dass die Bedeutung dieser nichtsprachlichen Form der Verständigung von den meisten Menschen noch immer in markanter Weise unterschätzt wird. Was wir sagen, scheint für die Meisten ausschlaggebend für die Reaktion des Gegenübers zu sein. Weniger die Art, wie wir etwas sagen. So ergaben spontane Befragungen, dass zu 70% auf der sprachlichen und zu 30% auf der nichtsprachlichen Ebene kommuniziert werde. Die Wirklichkeit sieht anders aus: Wissenschaftler gehen heute davon aus, dass nur ca. 3 % der zwischenmenschlichen Kommunikation auf der rein sprachlichen Ebene abläuft.¹⁰

¹⁰Argyle M. Trower P. Signale von Mensch zu Mensch. Die Wege der Verständigung. In: Nonverbale Kommunikation. -Weinheim: Beltz Verlag, 1981. – 10-11 S.

Nonverbale Kommunikation ist ein Aspekt des Kommunikationsprozesses, der sich auf die Vermittlung und den Empfang von Nachrichten richtet, die nicht ein Teil der natürlichen Sprache sind. Wir können den nonverbalen Teil nicht von dem verbalen Teil trennen. Wenn wir kommunizieren, verwenden wir die verbale und die nonverbale Kommunikation, um eine Nachricht an den Empfänger zu senden. Wir perceive das Nonverbale durch die Sinne¹¹.

Bei jedem Treffen beginnt die Kommunikation nicht mit dem Gruß, sondern mit dem Erfassen des Blickes der Person. Bevor wir etwas sagen und unsere Gedanken in Wörter und Sätze umsetzen, spricht unser Körper schon und vermittelt unsere Absichten. So konnte man sagen, dass wir kommunizieren, bevor wir was sagen. Der Körper gibt die Signale von sich ungefähr eine bis zwei Sekunden vor dem verbalen Kontakt. Jede Bewegung und Veränderung am Körper spiegelt das, was wir fühlen. Wir verraten, was wir denken, ob wir es wollen oder nicht.

Jeder Mensch ist in der Lage, die nonverbalen Signale zu deuten, aber man muss bei der Deutung solcher Signale sehr vorsichtig vorgehen. Das Nonverbale ist sehr oft zweideutig, unklar und situationsabhängig. Um unangenehme Situationen aus dem Weg zu gehen, sollte man sich lieber, wenn nicht sicher, auf seinen Instinkt verlassen, als falsche Schlussfolgerungen zu ziehen.

1.4.1. Ebenen der nonverbalen Kommunikation



Die Signale der nonverbalen Kommunikation können über zehn verschiedene Kanäle übertragen werden, auf die hier genauer eingegangen werden

¹¹ Hickson M. Stacks D. Moore N. Nonverbal Communication: Studies and Applications. In: Communication in our life. -Los Angeles: Roxbury Publishing Company, 2004. – 19 S.

soll. Diese genannten zehn Kanäle umfassen den Körper, das Gesicht, die Augen, den Raum, Gegenstände, Berührungen, nonverbale Elemente der Sprache, Stille, Zeit und Gerüche.

Der Körper

Auf der Ebene des Körpers und seiner Kommunikationsfunktion müssen zuerst zwei grundsätzliche Unterschiede festgehalten werden, nämlich

- die Körperbewegungen
- das körperliche Auftreten.

Die Körperbewegung

Nonverbale Kommunikation durch den Körper als „Medium“ kann in fünf Kategorien eingeteilt werden:

Emblems

a. Emblems beschreiben Gesten, die das Gemeint direkt übersetzen. Wie zum Beispiel „Daumen hoch“ als Zeichen für „OK“ oder „V“ für Victory. Diese Emblems sind natürlich kulturabhängig, wie folgendes Beispiel veranschaulicht: in den USA und Asien ist es weniger üblich sich mit ausgiebigen Umarmungen zu begrüßen als im südlichen Raum.



Illustrator

b. Hier werden verbale Nachrichten durch körperliche Gesten illustriert und bildhaft erklärt. Beim Erklären des Weges wird auch oft die gemeinte Richtung mit der Hand angezeigt, um den Weg besser zu veranschaulichen und die

Beschreibung verständlicher zu machen. Auch kann diese Kategorie der Bewegung in der Beschreibung von Formen gefunden werden.

Affect displays

c. Das sind Bewegungen, die die emotionale Bedeutung der Nachricht überliefern. Diese Bewegungen sind oft unbewusst.

Regulatoren

d. Das sind jene Bewegungen, die das Sprechen einer anderen Person kommentieren, wie etwa durch das Nicken oder Schütteln des Kopfes. Regulatoren bilden den gesicherten Rahmen für eine fließende Kommunikation, sie geben Regeln und Verhaltensweisen innerhalb der Kommunikation vor. Bsp.: durch Öffnen des Mundes wird angezeigt, dass jemand sprechen möchte.

Adaptoren

e. Gesten, die das persönliche Wohlbefinden steigern, wie zum Beispiel durch das Kratzen an einer gereizten Hautstelle oder das Entfernen von Haaren aus dem Gesicht.

f. Gesten, die auf das Wohlbefinden des Gegenübers abzielen, wie zum Beispiel einen Fussel von der Jacke entfernen.

g. Gesten, die sich auf ein Objekt beziehen, wie zum Beispiel das Zerreißen eines Styroporbechers¹².

¹²Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Gesten und andere körperliche Bewegungen. - Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. – 20 S.

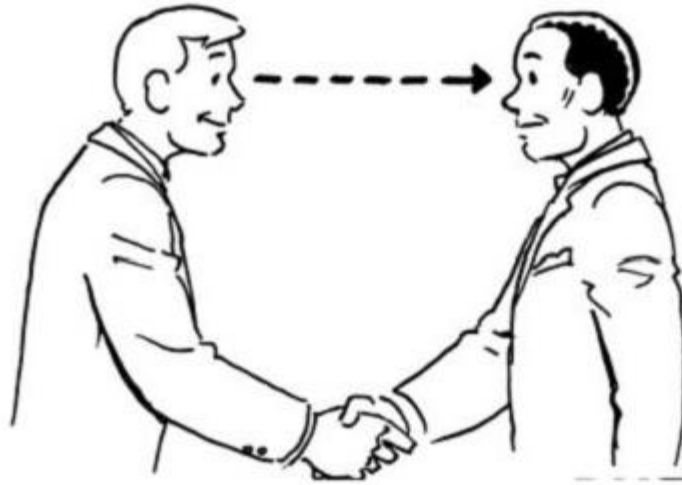


Unser Gesicht spricht viele Sprachen. Die Mimik ermöglicht es uns verschiedene Gefühle über unser Gesicht auszudrücken, sei es Sympathie, Antipathie, Zustimmung, Ablehnung, etc.

Der Mensch erlernt in seinem jeweiligen Entwicklungsprozess das kulturabhängige nonverbale Kommunikationssystem. Jenes umfasst auch die verschiedenen Gesichtsausdrücke und Techniken, um diese gezielt einsetzen zu können. Vier dieser Techniken lauten wie folgt:

1. Intensivierung: Durch den Gesichtsausdruck wird das Gemeinte verstärkt. (erstauntes Gesicht als Signal für Überraschung)
2. Abschwächung: Dies beschreibt die Fähigkeit seine eigenen Gefühle zu unterdrücken und abzuschwächen.
3. Neutralisation: Diese Technik ermöglicht es die eigenen Gefühle komplett zu verstecken um nicht negativ auf andere zu wirken.
4. Maskierung: Sie beschreibt die Technik Gefühle zu spielen und vorzutäuschen.

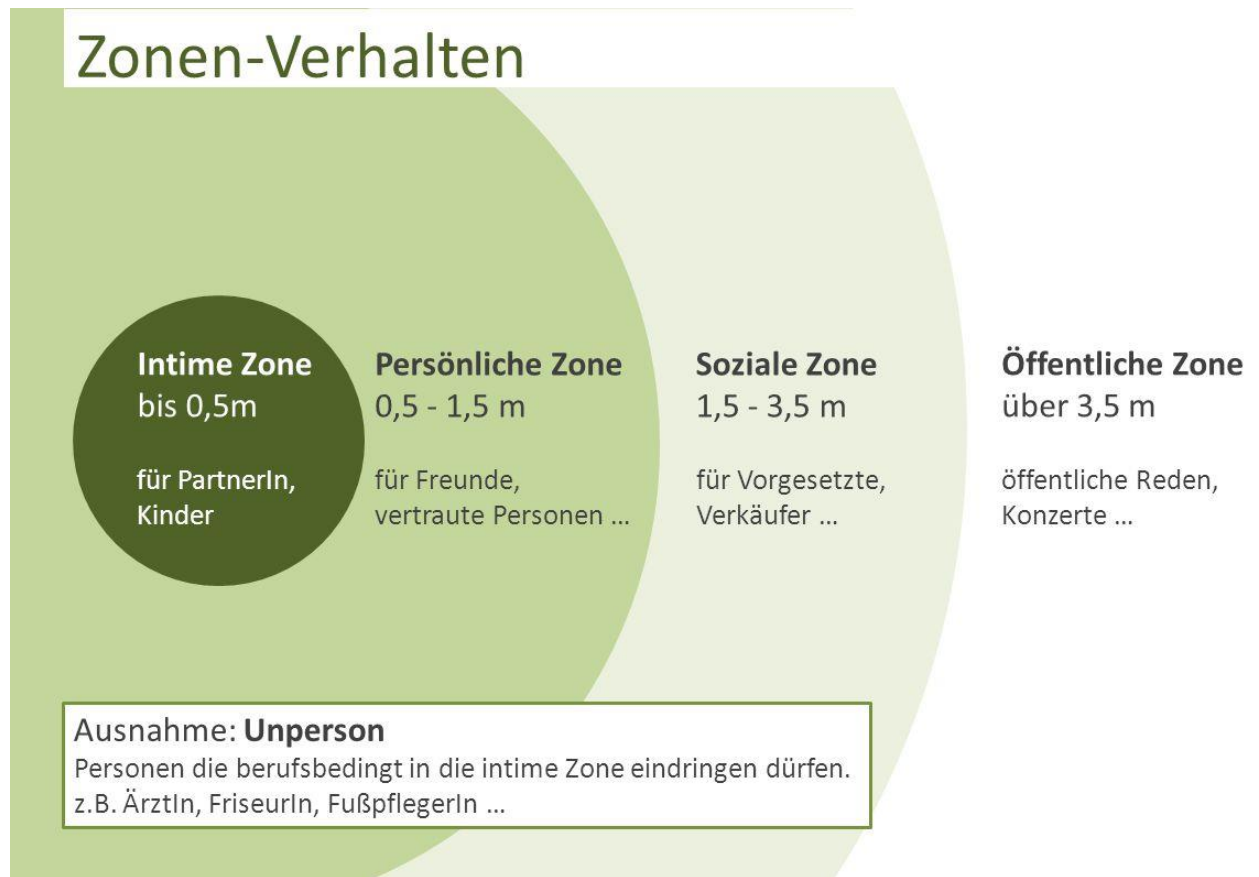
Die Augen



„Ein Blick sagt mehr als tausend Worte“ – die Augen haben eine zentrale Bedeutung im gesamten Kommunikationsprozess.

Der Augenkontakt erfüllt in der Kommunikation sehr wichtige Funktionen. Einerseits hilft er den Kommunikationspartner sich Feedback einzuholen und andererseits um darzustellen, dass auf eine Antwort gewartet wird oder dass nun dem Kommunikationspartner Raum für seine Aussage gegeben wird.

Der Blick kann auch den Status einer Beziehung unterstreichen. Positiv wäre es durch einen schmeichelnden Blick zu einer geliebten Person und negativ wäre es durch die komplette Vermeidung des Augenkontaktes, denn dies würde zum Beispiel ein völliges Desinteresse darstellen. Durch das Aufnehmen von Blickkontakten zu einer anderen Person ist es möglich eine nähere physische Distanz aufzubauen.



Mit der räumlichen Beziehung der Kommunikationspartner zueinander als besonderer Aspekt der Körpersprache beschäftigt sich der Forschungszweig der Proxemik, Abstand, Körperhöhe, Körperausrichtung und Formen der Berührung spielen hier eine Rolle.

Abhängig ist dieses Raumverhalten neben der aktuellen Situation auch von kulturspezifischen Normen, dem Geschlecht, dem Alter und dem Beruf der Kommunikationspartner sowie individuelle Faktoren wie Introvertiertheit oder Extravertiertheit.

Unterschieden werden:

- Intime Distanz (bis 60cm)
- Persönliche Distanz (60-90cm)
- Gesellschaftliche Distanz (1-4 Meter)
- Öffentliche Distanz (>4 Meter)

Gegenstände



Hier wird die Kommunikation über Objekte beschrieben. Diese Objekte können Kleidung, Schmuck, Autos oder die Einrichtung des Wohnraumes sein. Geschenke spielen auch eine wichtige Rolle, denn auch über sie können Nachrichten übermittelt werden, wie z.B. „Ich liebe dich“, „Es tut mir leid“ oder „Alles Gute“.

In dieser Form der nonverbalen Kommunikation sollen drei wichtige Aspekte näher beschrieben werden:

1. Kommunikation über Farben

a. Farben beeinflussen uns nachweislich auf physischer und psychischer Ebene. Konsumenten wählen Produkte mehr oder weniger unbewusst nach ihrer Verpackung aus, was implizit die Farbe betrifft. Auch die Farbe der Kleidung kann unterschiedlichste Eindrücke erwecken, denn Farben werden verschiedene Rollen zugewiesen.

2. Kleidung und Schmuck

a. „Kleider machen Leute“ – die getragenen Kleidungsstücke beeinflussen andere Menschen in der Einschätzung des jeweiligen Kommunikationspartners. Die Kleidung spiegelt in gewisser Hinsicht das Wesen einer Person wieder, seine soziale Zugehörigkeit, seine Gewohnheiten, seinen Stil und seine Kreativität.

- b. Die Art wie Menschen ihre Haare tragen, lässt Rückschlüsse über ihre Einstellung zu. Männer mit langen Haaren werden als viel offener und unkonventioneller beschrieben, als Männer mit kurzen Haaren.
- c. Auch getragene Schmuckstücke geben Einblick auf persönliche Hintergründe, wie zum Beispiel ein Verlobungs- oder Ehering.

3. Dekorative Gegenstände

- a. Autos und Einrichtungsgegenstände geben Auskunft über den sozialen Status, den finanziellen Hintergrund und den Stil.

Berührungen

Als haptische Wahrnehmung bezeichnet man das aktive Erfühlen und Ertasten von Gegenständen. Kommunikation mittels Berührungen wird als älteste und einfachste Form der Kommunikation dargestellt.

Im Kindesalter ist die Berührung ebenso ein sehr wichtiger Sinnesbestandteil, da das Kind durch Berührungen die Welt für sich erschließt.

Die Bedeutung von Berührungen

- Berührungen übermitteln positive Gefühle (Beistand, Würdigung, Anteilnahme, sexuelles Interesse, Vertrauen, Information, etc.) Weiteres ermöglichen Berührungen sich seinem eigenen Körper näher zu fühlen.
- Berührungen ist es möglich Verhalten zu kontrollieren, denn durch gewisse körperliche Kontaktaufnahme kann man Einfluss auf das Verhalten anderer Personen haben.
- Zu den kommunizierten Bedeutungen von Berührungen zählen ebenso die gängigen Begrüßungsrituale.

Die Bestandteile nonverbaler Kommunikation können in drei Klassen gefasst werden:

Körpersprache

Körperhaltung, Gestik, Mimik,
Augenkontakt, Distanzwahrung,

Objektsprache	Berührung, Geruch Objekte, Design, Zeichen, Kleidung, Schmuck
Sprache der Umwelt	Farben, Beleuchtung, Architektur, Abstand, Natur

Nonverbale Aktionsfelder

Sprache	Stimme, Tempo, Pausen, Aussprache, Stils, Vokabular
Mimik	Augen, Stirn, Mund- und Lippenbewegungen
Gestik	Hände, Arme, Füße, Schultern
Körperverhalten	Körperhaltung, Kopf, Oberkörper, Gang
Haltung	Aufrecht, niedergeschlagen, offen, zu, ab-/zugewandt
Äußeres	Kleidung, Frisur, Bart, Schmuck, Statussymbole
Blickkontakt	In die Augen schauen, starren
Distanzverhalten	Zu nah auf den Leib rücken, zu fern bleiben

1.5. Verbale Kommunikation



Als verbale Kommunikation (Verständigung mit Worten) wird jener Teil der zwischenmenschlichen Kommunikation bezeichnet, die sprachlich erfolgt.

Dazu gehört sowohl die mündliche wie auch die schriftliche Kommunikation. Im Gegensatz dazu steht die nonverbale Kommunikation (auch averbale Kommunikation), die die Verständigung ohne Worte umfasst.

Die verbale Kommunikation steht für die Kommunikation, die mit Hilfe von Worten, egal ob in mündlicher oder schriftlicher Form, zwischen zwei Personen oder einer Gruppe von Personen stattfindet.

Die verbale Kommunikation beinhaltet die gesprochene Botschaft (Worte) bei der direkten Kommunikation von Angesicht zu Angesicht. Sie macht weniger als 10 Prozent der Gesamtbotschaft, die beim Gegenüber ankommt, aus – mehr als die Hälfte kommunizieren wir über den Körper (nonverbale Kommunikation) und die Stimme (paraverbale Kommunikation).

Bei Auftritten vor Publikum, im Radio oder Fernsehen spielt das gesprochene Wort somit eine untergeordnete Rolle. Entsprechend ist bei der Vorbereitung der Körpersprache und der Stimme dieselbe Aufmerksamkeit zu schenken wie dem Formulieren der Rede resp. der Statements.

1.6. Paraverbale Kommunikation

Die paraverbale Kommunikation ist im Gegensatz zur verbalen und nonverbalen Kommunikation weniger bekannt. Merkmale wie z.B. die Aussprache, Betonung, Lautstärke, Tonhöhe, ein Dialekt und mehr werden der paraverbalen Kommunikation zugeordnet. Diese Ebene der Kommunikation befasst sich also mit sprachbegleitenden Merkmalen, welche das Gesagte mit einem, für den Empfänger zu deutenden, Unterton versehen.

Als paraverbale Kommunikation werden Botschaften bezeichnet, die auf der Parasprache als jenem Anteil des Sprechens beruhen, der die individuellen Eigenschaften des Sprechers bezüglich Stimmeigenschaften und Sprechverhalten zusammenfasst. Der Begriff paraverbale Kommunikation bezeichnet somit das ganze Spektrum der Stimme, mit der Menschen eine Nachricht aussprechen. Die paraverbale Kommunikation beinhaltet daher die Stimmlage (hoch – tief, tragend – zitternd) die Lautstärke (angenehm – unangenehm laut – unangenehm leise), die Betonung einzelner Wörter oder Satzteile, das Sprechtempo (schnell – langsam), die Artikulation (deutlich – undeutlich) und die Sprachmelodie (eintönig – moduliert – singend). Menschen übermitteln in der direkten Kommunikation etwa ein Drittel der empfangenen Botschaft durch ihre Stimme, wobei dies zusammen

mit der nonverbalen Kommunikation rund 90 Prozent der gesamten Nachricht ausmacht, sodass für die verbale Kommunikation wenig übrig bleibt. Am besten beobachten kann man die paraverbale Kommunikation etwa im Radio oder am Telefon, da nur die Stimme wahrgenommen wird. Komplementär dazu ist eine schriftliche Kommunikation (Brief, Email, SMS) weitgehend auf den verbalen Anteil reduziert. Für die Alltagskommunikation bedeutet das, dass eine menschliche Stimme hoch oder tief, piepsig oder rauchig klingen kann, sodass die Stimme eines Menschen oft so individuell ist wie sein Fingerabdruck. Zwar vermischt sich der Eindruck einer Stimme mit den Sprachinformationen, also dem Inhalt des Gesagten oder dem Dialekt, doch selbst der reine Klang der Stimme verrät vieles über ihren Besitzer, wie etwa über die Persönlichkeit, das Alter, das Geschlecht, die Stimmung oder die Identität. Vor allem die Stimmen von vertrauten Personen lassen sich leicht wiedererkennen, wobei manchmal schon ein kurzes Räuspern oder Lachen reicht. Menschen sind nach Untersuchungen auch in der Lage, sich an eine Stimme zu erinnern, selbst wenn sie diese kaum kennen, wobei das Gehirn zwischen leicht zu merkenden Stimmen und denen, die schnell wieder in Vergessenheit geraten, unterscheidet.

KAPITEL II. Die visuellen Signale der Körpersprache

2.1. Grundlagen der Körpersprache

Körpersprache ist eine Komponente zwischenmenschlichen Verhaltens, die menschliche Beziehungen – ohne Sprache steuert. Als Teil der nonverbalen Kommunikation gewährleistet die Körpersprache vor allem Informationen auf der Beziehungsebene. Körpersprache ist eine Form der nonverbalen Kommunikation, die sich in Form von Gestik, Mimik, Habitus und anderen bewussten oder unbewussten Äußerungen des menschlichen Körpers ausdrückt. Die Körpersprache hat einen entscheidenden Einfluss auf die Rezeption (Verständlichkeit) der eigentlichen, gesprochenen Worte/Botschaft sowie die Wirkung der Person auf ihren Gesprächspartner.

Zur Körpersprache gehören alle Formen der Gestik, Körperhaltung und Körperbewegung – vom Händedruck über Sitzposition und -haltung, Haltung von Armen, Beinen und Füßen, Spiel mit den Händen, Fingern und Gegenständen, Kopfhaltung und die unterschiedlichen Formen der Blickkontakte, sowie das Distanzverhalten. Dabei wird zwischen Makro- und Mikrosignalen unterschieden. Während erstere mit bloßem Auge erkennbar sind, können die Mikrosignale der Körpersprache nur mit technischen Hilfsmitteln wie Zeitlupen-Aufnahmen oder Filmwiederholungen sichtbar gemacht werden.

Der Blickkontakt dient dazu, die Lautbildung sehen bzw. zeigen zu können. Er ist zwischen dem Lehrer und seinen Schülern eine unabdingbare Hilfe für chorisches Sprechen. Ein Dialog wird im Wesentlichen über den Blickkontakt mit dem Gesprächspartner gesteuert.

Der Gesichtsausdruck des Lehrers kann die Konzentration vor einem Sprech- oder Instrumentaleinsatz steigern. Der Gesichtsausdruck des Schülers signalisiert Lust/Unlust, Aufmerksamkeit/Unaufmerksamkeit, Unsicherheit/Sicherheit.

Der Tonfall ist Unterrichtsgegenstand im DaF-Unterricht (Intonation, Emotion). Er kann fremd, interessant, ungewohnt, lustig, komisch wirken (Übertreibung). Er geht einher mit Gesten und Mimik. Er bewegt sich zwischen Flüstern und Schreien, Zittern und Zagen, Anherrschen und Bitten. Er kann die dramaturgische Bedeutung von Pausen sowie ihre Ausfüllung durch Gesten nutzen. Er kann die Situation, die Relationen zwischen den Sprechern verändern. Neutrales Sprechen wirkt bald langweilig.

Die Gestik kann dazu dienen, das Sprechtempo vorzugeben; sie kann zum Sprechrhythmus mitschwingen. Mit ihr lässt sich gemeinsames Einatmen und synchrones Sprechen steuern. Sie wird eingesetzt für Hilfszeichen der Phonetik. Gestik als mnemotechnische Hilfe kann Sprechen auslösen, Wortklänge erinnern. Sie begleitet und belebt einen Dialog. Sie erstreckt sich bis hin zum Spiellied, Tanzlied, Tanz. Gestik birgt interkulturelle Unterschiede¹³.

2.2.Gestik



Ob wir fassungslos den Kopf schütteln, begeistert nicken oder einem Kollegen freudig zuwinken: Gestik als Summe aller möglichen Bewegungen begleitet uns ständig in der zwischenmenschlichen Kommunikation. Der Duden beschreibt Gestik als Gesamtheit der Gestik, die Ausdruck einer charakteristischen inneren Haltung sind. Die Position von Händen und Armen spielt hier neben deren Bewegung eine entscheidende Rolle: die Hände offen oder verschränkt, sich ans Ohrläppchen

¹³Andreas F. Deutsche Aussprache – Lernen mit Rhythmus. In: Phonetische Gesten. Kap.2.4, ab Seite 6.-Zeitschrift für interkulturellen Fremdsprachenunterricht, 2007. – 6-12 S.

fassen, nahe am Körper oder weiter ausladend gestikulieren, dies sind alles Formen der Gestik, die mehr oder weniger Raum beanspruchen. Sie verrät viel über den Gemütszustand des Gesprächspartners, kann aber auch einstudiert werden, um die Engagiertheit einer redenden Person zu unterstützen. Handbewegungen regeln auch den Sprecherwechsel und den Ablauf der Gespräche allgemein. Sie sind ein wichtiger Bestandteil der Kommunikationssteuerung und der begleitenden Illustration einer Botschaft. Ähnlich wie der Dirigent mit seinem Stab führt man mit Handgesten (kommunikative) Regie.

Die Intensität der Gestik ist wie bei allen anderen Arten körpersprachlichen Verhaltens stark kulturabhängig, Menschen aus anderen Kulturkreisen, z.B: In Südeuropa redet man mehr mit den Händen und Armen als in Deutschland.

Die Illustratoren sind verschiedene sprachbezogene Gesten, die in der Art der Taktgeber, Ideographen, deiktischer Bewegungen, spatialer Bewegungen, rhythmischer Bewegungen, Kinetographen und Pictographen vorkommen können¹⁴.

Die Embleme sind Gesten, meist Handbewegungen, die man in Worte übersetzen kann. Sie ersetzen von eins bis drei Worten und sie werden bewusst benutzt. Diese Gesten sind allen Mitgliedern einer Gruppe oder Subkultur bekannt¹⁵.

Verschiedene Arten von Gesten werden unterschieden:

- die Sprache begleitende und ergänzende Bewegung,
- expressive, nicht unbedingt mit der Sprache zusammenhängende und weniger sozial beeinflusste Bewegung,
- emblematische, symbolische Handbewegungen.

¹⁴Birkenbihl V. Signale des Körpers und was sie aussagen. In: Kriterien gezielter Wahrnehmung. -München: Moderne Verlag GmbH, 1979. – 18 S.

¹⁵Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Gesten und andere körperliche Bewegungen. - Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. – 28 S.





Gesten waren immer schon essentieller Bestandteil der menschlichen Kommunikation und dienen vor allem zur Verdeutlichung des Gesagten. Während im Bereich der Mimik nur wenige kulturelle Unterschiede zu finden sind, ist im Bereich der Gestik das Gegenteil der Fall.

In der Gestik verbinden sich zwei Komponenten, die der *Natur* und jene der *Kultur*. Gesten können das Verbale unterstreichen, können aber auch eingesetzt werden, um etwas zu verbergen (siehe Abb. 1) bzw. von seinen wahren Gefühlen abzulenken.



Abb. 1.

Einige Gesten sind innerhalb einer Kultur leicht zu deuten, fungieren sie doch als Embleme.

Andere wiederum haben keine verbale Entsprechung. Thiel meint, dass im Grunde jede Geste für eine einzelne Wortstunde und daher nicht aus dem Zusammenhang

gerissen werden dürfe.¹⁶ Es wird zwischen mehreren Gesten unterschieden; die wichtigsten sollen hier erläutert werden.

- Mimische Gesten – hier werden Prozesse imitiert und bewusst eingesetzt; oft sind diese bereits unbewusst verankert.

Schematische Gesten – sind sogenannte verkürzte mimische Gesten, z.B. der Gruß.

- Technische Gesten – diese werden in bestimmten Bereichen oder Berufen angewandt
- Kodierte Gesten – diese sind Bewegungen, die nur von einem bestimmten Teil der Gesellschaft verstanden werden
- Symbolische Gesten – hier wird ein Gefühl oder ein Gedanke, aber nicht die Realität dargestellt; werden meist nur von einer bestimmten Gruppe verstanden

Außerdem gibt es noch die *Adaptoren*. Adaptoren zeigen den emotionalen Zustand des Sprechers. Sie sind unabhängig von dem Gesagten und zeigen, ob die Person unter Stress und Druck steht. Die zweite Funktion der Adaptoren ist, die Aktivierung der Sprachplanung und Sprachproduktion. Es wurde eine Anzahl der Adaptoren entdeckt, wenn die Person in einer Fremdsprache spricht, und sich ansträngt. Sie dienen der Selbststimulation und besserer Sprachplanung¹⁷.



Abb. 2: Sie berührt mit dem Daumen die Lippen, was als Zeichen von Unsicherheit und Nervosität zu deuten ist.

¹⁶Thiel E. Die Körpersprache verrät mehr als tausend Worte. In: Gebärdensprache. -München: Mvg-Verlag, 1987. – 31 S.

¹⁷Zielke W. Sprechen ohne Worte. Mimik, Gestik, Körperhaltung verstehen und einsetzen. In: Gesetze der Körpersprache.- München: Mvg-Verlag, 1987. – 26 S.

Diese sind Bewegungen, wobei ein Teil des Körpers mit einem anderen in Berührung kommt, z.B. Haare zwischen den Fingern reiben, Beine massieren, etc. Diese haben nicht immer eine Kommunikationsabsicht nach außen hin. Forscher haben allerdings herausgefunden, dass sie oft mit Gefühlen einhergehen; so ballt man beispielsweise eine Faust, wenn man wütend ist oder greift sich bei Schamgefühl an die Lippen. Ein Großteil der Gesten dient zur Unterstützung des Gesagten.

Folgende Gesten zeigen besondere Macht und hohen Status:

- Langsame, elegante Bewegungen
- Unverkramptes Lächeln
- Aufrechte, stille Kopfhaltung
- Kräftige Stimme

Negative Gesten

Mit den Fingern trommeln	Das zeugt von Ungeduld oder Unruhe, eventuell Provokation.	
Mit den Fingern ein Spitzdach formen und auf den Gesprächspartner richten	Dies signalisiert häufig Abwehrhaltung, geringe Zustimmung.	

Vor der Brust verschränkte Arme	Eine klassische Abwehrhaltung; bei Frauen typisch, wenn sie frieren oder ängstlich sind.	
Mit dem Finger auf andere zeigen	Wird vom Gegenüber als aggressiv empfunden.	
Den erhobenen Zeigefinger nutzen	Wirkt belehrend und daher als Zeichen für Überheblichkeit gesehen.	

Neutrale Gesten

Finger an die Nase legen	Die Person konzentriert sich.	
Kratzen am Kopf	Die Person ist ratlos und unsicher. – Personen in verantwortlicher Position sollten diese Gestik nicht zu häufig zeigen.	
Reiben des Kinns	Die Person denkt nach und ist zufrieden.	

Positive Gesten

Hände werden gefaltet über den Kopf gelegt	Die Person ruht in sich, strahlt große Souveränität aus.	
Normal kräftiger Händedruck	Die Person signalisiert gesundes Selbstbewusstsein. Bei zu viel Stärke kann er jedoch als Aggression ausgelegt werden.	
Reiben der Hände	Ist ein Zeichen der Selbstzufriedenheit, kann auf andere jedoch unsympathisch wirken	

1.2. Mimik

Der Begriff Mimik umfasst unterschiedliche Bewegungen der Gesichtsmuskulatur, der Augen, des Mundes, der Lippen, aber auch der Wangen und der Stirn. Der entscheidende Faktor der Mimik liegt darin, dass diese Bewegungen keiner konkreten Funktion geschuldet sind, sondern allein dem

Ausdruck der Emotion dienen. Mimik hingegen dient der nonverbalen Kommunikation und ist dadurch ein wichtiger Aspekt der zwischenmenschlichen Beziehungen.

Wie bereits zuvor erwähnt wurde, ist das Gesicht der bedeutendste Teil des Körpers für die Aussendung nonverbaler Signale. Es ist das aussagekräftigste Kommunikationsorgan des Menschen, „denn im Gesicht liegen die Empfangsorgane für das Sehen, Hören, Riechen und Schmecken, und die Sendeorgane für Sprache und andere Geräusche.“¹⁸ Persönliche Eigenschaften, Emotionen und Interaktionssignale kommen im Gesichtsausdruck zum Tragen. Die feine Muskulatur ermöglicht dem Menschen diese Form der Kommunikation, so werden Gefühle genauer, wie z.B. Angst oder Freude, auch wenn wir diese gar nicht zulassen wollen. So zählen auch das Erröten oder Erblassen zur Mimik.



Abb. 3

Das Spiel der Gesichtsmuskeln ist eines der wichtigsten Ausdrucksformen unserer Emotionen. Mit ihrem Gesicht kann die sprechende Person ihre Einstellung zu dem Gesagten oder zu den Gesprächspartner/innen zeigen. Auch erkennt man im Gesicht am ehesten das Interesse oder Desinteresse am besprochenen Gegenstand.

Allerdings kann man nicht nur dieses übermitteln, sondern auch, durch die

¹⁸Ekman P. Salisch M. Gesichtsausdruck und Gefühl. 20 Jahre Forschung von Paul Ekman. In: Gefühle lesen. - Paderborn: Junfermann. 1988. – 17 S.

Beherrschung der Mimik, zurückhalten. So kann man auch Mimik simulieren, die nichts mit den wirklich empfundenen Gefühlen zu tun hat. Daher ist das Gesicht nicht nur der geschickteste nonverbale Kommunikator, sondern kann auch zum besten nonverbalen Lügner werden.

Emotionen wie Furcht, Ärger, Überraschung, Freude, Abscheu und Traurigkeit werden über die Mimik ausgedrückt und sind feststehende Zeichen, die in allen Kulturen verstanden werden.



Außerdem gibt es auch Gesichts- und Kopfgesten, die unabhängig von Emotionen, kulturell bedingt sind (z.B.: bejahendes Kopfnicken).

Generell unterscheidet man in der Mimik, neben dieser selbst, auch den Bereich der Physiognomie, die auch als so genannte „angewachsene Mimik“, also sich nicht verändernde Gesichtszüge bezeichnet wird.¹⁹

Das Gesicht kann in drei Bereiche unterteilt werden, nämlich den Stirnbereich, das Mittelgesicht und die Mund- und Kinnpartie. Es wird angenommen, dass im Stirnbereich der Gedankenprozess vor sich geht und dieser anhand der Faltenbildung ersichtlich ist. Während im Mittelgesicht die

¹⁹ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Kriterien gezielter Wahrnehmung. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 45 S.

Wahrnehmung der Außenwelt erfolgt und die Mund- und Kinnpartie für die Kommunikation mit der Umwelt verantwortlich ist.²⁰

Als Mimik bezeichnet man die Gesamtheit der Gesichtszüge und Bewegungen, die Gefühlszustände äußern. Äußerungen sind allerdings psychosomatische Reaktionen des Nervensystems und deshalb nicht kontrollierbar; dazu gehören das Erröten, das Erblassen und das Erweitern der Pupillen bei starken Gefühlserregungen. Grundgefühle wie Freude, Trauer, Furcht, Ärger, Überraschung und Ekel kommen in allen Kulturen durch die gleichen mimischen Äußerungen zum Ausdruck; daraus lässt sich schließen, dass sie angeboren sind.

In der direkten Kommunikation übermittelt die Mimik den Kommunikationspartnern gegenseitig Signale: Die Mimik des Senders verrät dem Empfänger etwas über dessen gefühlsmäßige Einstellung zum Inhalt der Nachricht und gegenüber ihm selbst und umgekehrt; die Mimik des Empfängers gibt dem Sender also sofort ein Feedback, das ihm anzeigt, ob seine Nachricht und er als Sender beim Empfänger ankommen und wie sie von ihm aufgenommen werden.

So erweckt ein gekünsteltes Lächeln Misstrauen; ein unbewegter, bemüht gleichgültiger Gesichtsausdruck, ein offenkundiges Pokerface, ermahnt zur Vorsicht.

Eine große Rolle bei der direkten Kommunikation spielt der Blickkontakt, der ebenfalls solche Signale zwischen den Kommunikationspartnern übermittelt. Schon beim ersten Blickkontakt zwischen zwei einander unbekannten Kommunikationspartnern fällt oft die Vorentscheidung, welche gefühlsmäßige Beziehung zwischen ihnen besteht: eher Sympathie oder Antipathie oder aber Indifferenz. Wer seinem Gegenüber ruhig in die Augen schaut, erweckt Vertrauen; wer dagegen seinem Gegenüber nur flüchtig in die Augen schaut und seinen Blick immer wiederabwendet, erregt den Verdacht, er spielt nicht mit offenen Karten, hat Angst.

²⁰ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Kriterien der Beurteilung. -Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 56 S.

Allerdings kann längerer ununterbrochener Blickkontakt zwischen fremden Personen bedrohlich wirken, zumindest bei geringer räumlicher Distanz; die Grenze liegt etwa bei drei Sekunden. Ob dabei noch die Angst vor dem Unheilbringenden bösen Blick nachwirkt, sei dahingestellt. In einem Gespräch vermeidet es der Sprecher jedenfalls, sein Gegenüber länger anzustarren, ohne seinen Blick gelegentlich abzuwenden; wenn dagegen der Hörer den Sprecher unverwandt ansieht, so bekundet er dadurch seine Bereitschaft zuzuhören und seine Aufmerksamkeit oder ermuntert gegebenenfalls sein Gegenüber dazu sich auszusprechen.

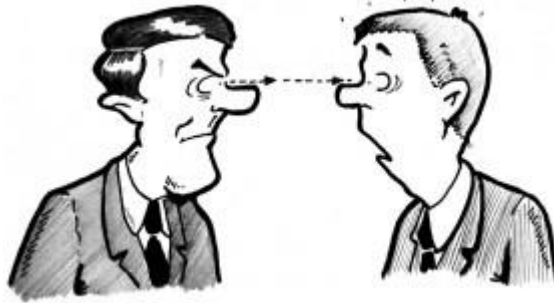
Stirnbereich. Hier wird zwischen waagrechten und senkrechten Stirnfalten unterschieden, die Auskunft über die Aufmerksamkeit geben. Wird Aufmerksamkeit stark in Anspruch genommen, so entstehen waagrechte Stirnfalten, geht diese Aufmerksamkeit mit einem hohen Maß. An Konzentration einher, so zieht sich die Stirn zu senkrechten Falten zusammen. Unter Aufmerksamkeit versteht Birkenbihl²¹ diverse Auslöser wie beispielsweise Angst, Verwunderung, Überraschung oder Verwirrung. Die Faltenbildung geschieht im Zusammenspiel mit anderen Muskelbewegungen, insbesondere in Kombination mit dem Blick. Bei waagrechten Falten sind die Augen meist offen, oder zumindest halboffen.

Senkrechte Faltenbildung geht meist mit unangenehmem Anlassen wie Ärger, Angst oder extremer Anstrengung einher. Hierbei ist die Kombination mit anderen Gesichtsmuskeln eher im Mund-Kinnbereich zu finden als in der Augenpartie²².

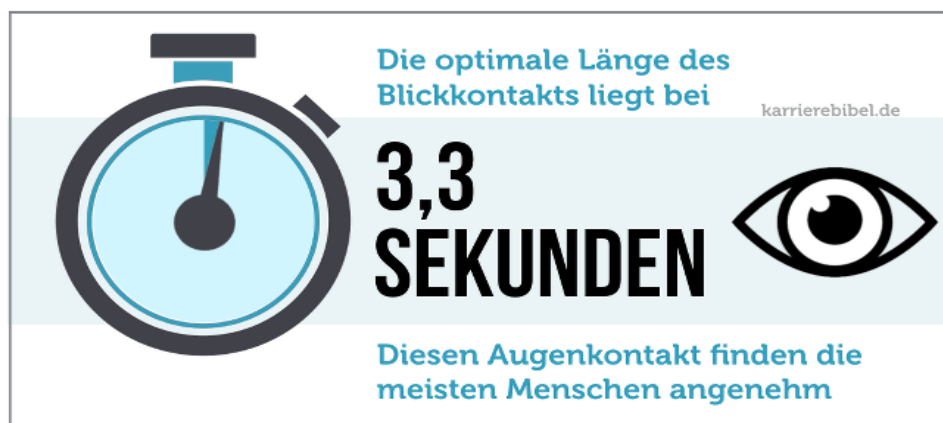
²¹ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der Stirnbereich. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 93 S.

²² Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der Stirnbereich. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 92 S.

2.4. Blickkontakt als Kommunikationsmittel



Um nonverbale Signale empfangen zu können, spielt der Blick eine wesentliche Rolle für den Empfänger, ist doch das Auge der Bereich des Körpers, an dem Gefühle am treffendsten erkannt werden können. Die Dauer des Blicks ist neben der Pupillenerweiterung, Blinzeln und der Ausrichtung des Blicks bereits Gegenstand von Untersuchungen²³. Während einer Unterhaltung können die Beteiligten entweder sich gegenseitig, das relevante Objekt oder den Hintergrund ansehen. Das Blickverhalten ist demnach auch für den interpersonalen Umgang von großer Wichtigkeit. Durch dieses kann man zu Interpretation hinsichtlich des Interesses oder der Einstellung seines Gegenübers gelangen. In unserem Kulturkreis sagt man, dass Leute, die selbst weniger reden, mehr Augenkontakt herstellen können als welche, die selbst mehr reden und weniger zuhören.



Selbstverständlich müssen auch hier kulturelle Normen miteinbezogen werden, da diese oft große Unterschiede aufweisen. Generell können Blicke Zuneigung, Dominanz, Drohung, Kooperation und Konkurrenzsignalisieren. Auch

²³ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der bestimmte, feste, offene Blick. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 101 S.

die Reaktionen darauf sind bedeutend, so kann das Abwenden eines Blickes ebenso viel aussagen wie das Erwidern. Aber nicht nur interpersonale Reaktionen, sondern auch personale Faktoren wurden hinsichtlich des Blicks untersucht. Ein Blick kann auch viel über die eigenen Charaktereigenschaften aussagen. Erwiesen wurde auch, dass es Unterschiede zwischen den Geschlechtern gibt. Männer weichen vorwiegend nach links aus, wenn ihnen ein Problem auf verbale Weise gestellt wurde.²⁴



Abb. 4: *Blick nach links, um der Fragestellung auszuweichen; die verschränkten Arme deuten auf etwas hin, dass man verheimlichen will*

Oft wenden sich Menschen ab, wenn sie verunsichert sind, sehen jedoch beim Lachen oder Zwischenfragen ihr Gegenüber an. Dennoch muss gesagt werden, dass man nicht nur Kommunikation wegen Blicke sendet, sondern auch um sein Gegenüber oder ein Objekt anzusehen.

Dass der Blick eines Menschen, wie eben aufgezeigt, viel über Emotionen und Verhaltensweisen preisgibt, lässt sich jedoch nicht leugnen. Häufig wird auch von einem bestimmten, festen Blick geredet. Hierbei kommt der Gedanke auf, dass man einen Blick meint, in dem keine Pupillenbewegung stattfindet. Gemeint ist jedoch einfach, dass man jemandem direkt in die Augen sieht (wobei

²⁴Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Blickverhalten.- Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. – 108 S.

der Blick von einem Auge zum anderen wandert). Birkenbihl meint, dass ein fester Blick demnach auch ein lebendiger sei und dass *Augenkontakt* so heißt, weil dadurch eben Kontakt zu jemandem geschaffen wird²⁵.

Mund- und Kinnpartie. Wie bereits kurz erwähnt, ist der Mund das „Tor“ zur Außenwelt. Nicht nur, wenn der Mensch etwas mitteilt, öffnet sich der Mund, sondern auch, wenn er über etwas erstaunt ist.

Hingegen ist der Mund verschlossen, wenn man etwas nicht wahrnehmen oder nicht äußern möchte. Im Wesentlichen sind es die Mundwinkel, die mit anderen Muskeln im Gesicht kooperieren und so den gesamten Gesichtsausdruck verändern können. Im Allgemeinen ist es so, dass sich mit fortschreitendem Alter und vermehrt durch eine negative Lebenseinstellung oder negative Erfahrungen die Mundwinkel nach unten ziehen²⁶.

Der Blickkontakt ist für die Organisation des Sprecherwechsels während eines Gesprächs von entscheidender Bedeutung, der Entzug desselbigen führt automatisch zu einer problematischen Gesprächssituation. Für die Kommunikation ist die Häufigkeit, Dauer und Intensität des Blickkontaktes wichtig. So hat er hauptsächlich eine Steuerungsfunktion in der Kommunikation, Gesprächspartner/innen können speziell angesprochen werden. Mit den Augen können ebenfalls Misstrauen, Einverständnis, Sympathie/Antipathie und Aufmerksamkeit signalisiert werden, wobei der Blickkontakt äquivalent zu physischer Nähe ist und sich bei größerer Nähe reduziert, um zu große Intimität zu vermeiden. Im Gegensatz dazu kann bestimmter Blickkontakt (z.B. scharfes in die Augen sehen) auch als Dominanzmittel eingesetzt werden. Man kann unterscheiden zwischen dem einseitigen und gegenseitigen Anblicken, wobei das sich gegenseitig Ansehen der eigentliche Blickkontakt ist, bei dem der Blick erwidert wird.

²⁵ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der bestimmte, feste, offene Blick. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 104 S.

²⁶ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der Mund und das Kinn. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 109 S.

«Ein Blick sagt mehr als tausend Worte» oder «Das Auge ist der Spiegel zur Seele» sind bekannte Volksweisheiten. Der Blickkontakt des Lehrers mit den Schülern hat für den Unterrichtsprozess eine grundlegende Bedeutung: mit Hilfe des Blickkontakts wird gelobt, getadelt, diszipliniert, Aufmerksamkeit gefordert, aber auch gebettelt, geflirtet, ironisiert und lächerlich gemacht.²⁷ Es gibt einen warmen, blitzenden, bestimmten, funkelnden, strahlenden und eisigen Blick. Mit Blicken kann man jemanden anstarren oder festnageln, durch Niederschlagen der Augen Unsicherheit signalisieren. Allein das Ansehen eines Schülers genügt schon, um ihn aufzurufen" oder ihm das Wort zu entziehen.²⁸ Zu Stundenbeginn sollte der Lehrer mit jedem Schüler Blickkontakt aufnehmen. Zum einen, um die Klasse freundlich zu begrüßen, zum anderen, um ihr zu signalisieren, dass er mit seinem Unterrichtsprogramm beginnen will und Aufmerksamkeit braucht. Durch Blickkontakt kann gleichzeitig gesendet und empfangen werden; der erwiderte Blick seitens der Schüler signalisiert dem Lehrer, dass sie verstanden haben und bereit sind für den Unterricht. Damit dient der Blickkontakt vor allem der Prozessregelung des Unterrichtsablaufs und der Pflege der Beziehungen.

„Häufige Blickzuwendung bei positivem Sprachinhalt führt zu einer positiven Bewertung des Sprechers"²⁹ und umgekehrt. Für einen unsicheren Lehrer, ist es deshalb ratsam, Blickkontakt mit einem positiven Schüler aufzunehmen, der Interesse für den Unterrichtsstoff ausstrahlt. Ein solcher positiver Kontakt überträgt sich auch auf andere Schüler. Zum Beispiel können sich benachbarte Schüler von den freundlichen Blicken des Lehrers angesprochen fühlen und ihrerseits dementsprechend reagieren.

Schaut der Lehrer einen Schüler zu lange und zu intensiv an, fühlt dieser sich verunsichert und eingeschüchtert. Andererseits sind auch hektische Blicke durch

²⁷Meyer H. Unterrichtsmethoden. In: Blickkontakt im Unterricht. II:Praxisband - Frankfurt am Main: Cornelsen Verlag Scriptor 1987. – 28 S.

²⁸Meyer H. Unterrichtsmethoden. In: Blickkontakt im Unterricht. I:Theorieband. -Frankfurt am Main: Cornelsen Verlag Scriptor 1987. – 33 S.

²⁹Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Der bestimmte, feste, offene Blick. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 107 S.

die Klasse negativ, da die Schüler dies als Zeichen von Nervosität interpretieren, was beunruhigend auf die Klasse wirkt. Ein gesundes Mittelmaß zwischen Fixieren eines Schülers und einem schweifendem Blick, ein „Ausgleich zwischen Ruhe und Bewegung“³⁰, scheint das produktivste Mittel für Unterrichtskommunikation zu sein.

2.5.Körperhaltung

Unter Körperhaltung verstehen wir die Art zu sitzen, stehen oder gehen. Nachhaltigen Einfluss darauf haben unsere Muskeln, Knochen, die miteinander verbunden sind und entsprechend zusammenwirken. Die Körperhaltung ist immer auf die Anordnung der einzelnen Körperteile einer Person bezogen, während die Körperorientierung die Anwesenheit eines Interaktionspartners voraussetzt. So kann dieselbe Körperhaltung unterschiedliche Bedeutung haben, je nachdem, wer der Kommunikationspartner ist (z.B. dient lockeres Sitzen auf dem Stuhl in Pausen der Entspannung, während es im Unterricht als Desinteresse gedeutet werden kann). Erwachsene haben gelernt, ihre Mimik zu beherrschen, dem Körper wird jedoch weniger Aufmerksamkeit geschenkt, so dass das Individuum seine Befindlichkeit oft durch den Körper unbewusst verrät. Dabei ist die Zuwendung zum Gesprächspartner und zur Gruppe entscheidend in seiner kommunikativen Wirkung. So kann die Körperhaltung Abneigung/Zuneigung und Interesse/Desinteresse signalisieren. Auch ob man sich im Gespräch integriert fühlt oder nicht, ob man präsent ist (breite Sitzhaltung) oder keine wichtige Rolle spielt (optisches "Dünnmachen") wird ebenfalls durch die Haltung kommuniziert: sie ist ein Ausdruck des Selbstbildes.

Die Abbildung zeigt geschlechtsspezifisches Sitzverhalten: Die Männer sitzen breit, nehmen Raum ein, während die Frauen sich dünn machen.

³⁰ Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Experiment zum Augenkontakt. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 106 S.



Nicht nur einzelne Gesten, sondern auch die gesamte Körperhaltung ist Teil der nonverbalen Kommunikation. Beim Menschen werden drei Haupthaltungen unterschieden, nämlich Stehen, Sitzen-Hocken-Knien und Liegen³¹. 46 Die Haltung liefert auch Informationen zum Gefühlszustand eines Menschen, vor allem was Anspannung bzw. Entspannung betrifft.

Weiteres gibt sie laut Birkenbihl oft Auskunft darüber, ob jemand arrogant (wenn er sich nach hinten neigt, kombiniert mit einem Blick nach unten) oder unsicher (wenn er sich nach vorne neigt) ist.

Auch beim Gehen kann man Beobachtungen durchführen, welche diverse Interpretationen zulassen. Wie zielsicher geht jemand und wie drücken sich seine Bewegungen aus? Hier können ebenfalls Unterscheidungen hinsichtlich Zielsicherheit, Verkrampfung und Blickrichtung wahrgenommen werden³².

Besondere Aufmerksamkeit und Interesse wird demjenigen, der diese Haltung einnimmt, zugeschrieben, was aber nicht ausschließt, dass Interesse auch bei anderen Sitzungspositionen vorliegt³³. Die Mimik und Blickrichtung waren dafür ausschlaggebend, ob jemand wirklich Interesse zeigt oder nicht. Nicht nur Körperhaltung, auch Körperkontakt kann in der zwischenmenschlichen Kommunikation von Bedeutung sein und soll im Folgenden kurz behandelt werden.

Was die Körperhaltung der Lehrer angeht, gibt es einfache Richtlinien, die zur besseren Kommunikation führen können. Eine entspannte, aufrechte

³¹Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Körperhaltung.- Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. – 10 S.

³²Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Körperbau und Haltung. - Heidelberg: Mvg Verlag, 2005. – 32 S.

³³Birkenbihl V. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Gesetze der Körpersprache. - Heidelberg: Mvg Verlag, 2005. – 40 S.

Körperhaltung ist die beste. Hier steht der Lehrer aufrecht, mit den leicht durchgedrückten Knien und beiden Füßen nebeneinander. In solcher Position können alle Schüler den Lehrer sehen und diese gelassene Haltung ist gut für die Stimme und die Atmung. Wenn es möglich ist, sollte der Lehrer neben seinem Tisch stehen. Die Entfernung von der Klasse sollte ungefähr 2 Meter betragen. Dies gibt dem Lehrer eine gute Übersicht über die Klasse. Während des Unterrichts ist es auch ratsam, die Position zu wechseln. Dieser Wechsel sollte langsam und ruhig sein, und nicht hastig oder unkontrolliert³⁴. Während des Wechsels sollte der Augenkontakt mit der Klasse verstärkt sein, damit dieser Übergang nicht von dem Stoff ablenkt. Aufrechte Position vermittelt das Bild von Konzentration, Autorität und Sicherheit. Wenn der Tag anstrengend war und der Lehrer nicht mehr stehen kann, kann er sich an den Lehrertisch lehnen, aber die gelassene Haltung sollte beibehalten werden. Verhaltensweisen, die zu vermeiden sind, sind folgende: Herumzappeln, Verstecken hinter dem Tisch, Buch, Tasche oder Projektor. Das Lehnen an die Wand sollte auch vermieden werden, da es Unsicherheit und Suche nach Stabilität signalisiert. Die Sicherheit einer Ecke sollte auch nicht genutzt werden, da es ein Bild von Flucht oder Abneigung an die Schüler vermittelt.

Körperkontakt/Haptik.

Das Existenzenerlebnis des «Ich denke, also bin ich», der erste Grundsatz des Philosophen Rene Descartes, wird für den Menschen des 21. Jahrhunderts zum «Ich berühre, also bin ich. »

Unser Tastsinn begleitet uns von Anfang an und wir können gar nicht anders, als zu tasten.

³⁴Heidemann R. Körpersprache im Unterricht. In Körperbild.–Wiebelsheim: Quelle & Mayer Verlag, 2009.- 23 S.



Körperkontakt (Haptik) ist eine intime Art der nonverbalen Kommunikation und kann sich durch unterschiedlichste Berührungen am ganzen Körper zeigen. Die Bedeutung einzelner Berührungen ist oftmals kulturabhängig und differiert je nach Alter, Geschlecht und sozialen Rahmenbedingungen. So ergeben sich auch wesentliche Unterschiede im Kindes- bzw. Erwachsenenalter. Körperkontakt spielt natürlich in diversen Berufen (z.B. Arzt) aber auch bei aggressiven Verhalten, sowie als Interaktionssignal, hier besonders bei rituellen Handlungen, wie z.B. Begrüßung durch Händeschütteln, Kuss auf die Wange, Umarmung, durch Händeschütteln symbolisierte Vereinbarungen.

2.6.Proxemik



Die Proxemik bezeichnet das Verhalten im Raum.

Untersuchungsgegenstände sind daher

- Distanz
- (Aus-)Richtung (Lokalisation)

Distanz bezeichnet dabei den Abstand zwischen Sender und Empfänger, welcher entweder als Brustabstand, Augenabstand oder Abstand der am nächsten befindlichen Punkte gemessen wird.

Unter Proxemik versteht man die Raumnutzung - einerseits die Position in einem Raum und andererseits die Position zum Kommunikationspartner. Als Beispiel proxemischer Planung, die uns allen geläufig ist, können Regieanweisungen für eine Film- oder Theaterszene gelten. In der körperlichen Nähe oder Distanz zeigen sich die Gesprächspartner/innen optisch ihre Nähe bzw. Distanz zueinander. Auch andere sozialen Beziehungen und Rollenstrukturen werden durch die räumliche Konstellation ausgedrückt. Es gibt immer gute und schlechte Plätze, Menschen, die eingequetscht sitzen oder viel Raum haben, wenn sie in Grüppchen zusammenstehen oder um einen Tisch herumsitzen. Manche bilden den Mittelpunkt, werden umringt, andere sind schon rein räumlich nicht richtig in die Runde integriert.

„Orientierung, Territorialverhalten und Bewegungen innerhalb einer räumlichen Anordnung“³⁵ definieren das räumliche Verhalten. Verhaltensweisen werden automatisch den eigenen Erfahrungen und somit meist dem eigenen Kulturkreis zugeordnet und daher oft falsch interpretiert. Um zu veranschaulichen, was hierbei gemeint ist, ist in Nordamerika (weitestgehend auf Mitteleuropa zutreffend) folgende Unterteilung getroffen worden³⁶:

- Intim: 50cm; bei intimen Beziehungen
- Persönlich: 50cm bis 120cm; bei nahen Beziehungen
- Sozial-beratend: 2,5m bis 3,5m; bei eher unpersönlichen Beziehungen
- Öffentlich: ab 3,5m; bei öffentlichen Anlässen

Orientierung drückt den Winkel aus, in dem der Körper seinem Gesprächspartner gegenübersteht. Bei direktem Gegenüberstehen ergibt sich demnach ein Winkel von 0 Grad und dies drückt meist einen formalen Kontext aus, in dem meist ein größerer Abstand herrscht. Daher ist die *Orientierung* konträr zur *Nähe*. Auch die *Höhe*, also ob man sein Gegenüber von unten oder oben betrachtet, kann von Bedeutung sein.

³⁵Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Raumverhalten- Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. –213 S.

³⁶Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. In: Raumverhalten.- Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. – 220 S.

„Die Bedingung, unter der wir jemanden freiwillig in unsere Intimzone eintreten lassen, ist Vertrauen. Allerdings darf man nicht vergessen, dass dies nicht automatisch der Fall ist, so gibt man nicht jedem, dem man vertraut, Eintritt. Generell kann man festhalten, dass die Intimzone zwei ausschlaggebende Punkte aufweist, nämlich die eigene Sicherheit und den Status des Gegenübers. Zum einen wollen wir uns ja durch diese Intimzone vor dem Eingreifen anderer schützen, zum anderen gewähren wir höher gestellten Personen oft automatisch mehr Abstand.³⁷

Allgemein unterscheidet man zwischen vier Distanzzonen, welche allerdings nicht eindeutig definierbar sind, da sie allgemein zum Beispiel kulturelle (etwa Asien vs. Europa oder N-Europa vs. S-Europa) und auch individuelle Unterschiede aufweisen:

- Intime Distanz (0–60 cm): So dürfen uns nur Eltern, Geschwister und gute Freundinnen und Freunde kommen. Sind wir gezwungen, aus Raumnot (z.B. im Fahrstuhl) in diese Zone von Unbekannten einzudringen, so vermeiden wir Blickkontakt, um Abstand zu halten.
- Persönliche Distanz (60–120 cm): In diesem Bereich werden Gespräche geführt und Hände geschüttelt.
- Gesellschaftliche Distanz (ab 120 cm): beim Kontakt mit Ranghöheren, Unbekannten oder Geschäftspartnern.
- Öffentliche Distanz (ab 400 cm): Je höher der soziale Status einer Person, desto größer ist die ihm zugestandene Zone. Dieser Abstand ist aber auch wichtig für Einzelpersonen, die größeren Menschengruppen gegenüber treten, wie z.B. bei Veranstaltungen zwischen Redner und Publikum³⁸.

Wie schon früher gesagt wurde, gibt es vier Zonen der menschlichen Interaktion. Der Lehrer sollte sich die meiste Zeit in der sozialen Zone befinden. Diese Zone kann er verlassen, wenn er einzelne Schüler direkt ansprechen oder zum Sprechen

³⁷Birkenbihl V. F. Signale des Körpers. Körpersprache verstehen. In: Abstand. - Heidelberg: Mvg Verlag, 2005. – 44 S.

³⁸ Heidemann R. Körpersprache im Unterricht. In: Distanzzone. –Wiebelsheim: Quelle & Mayer Verlag, 2009. – 96 S.

auffordern will³⁹. Bei solchen Situationen sollte jedoch beachtet werden, dass der Lehrer sich nicht mit voller Größe dem Schüler von hinten nähern soll. Dies kann als Drohung gesehen werden, aber es kann auch die unruhigen Kinder zur Ruhe bringen, ohne die ganze Klasse auf sein Benehmen aufmerksam zu machen. Jede Klasse und jedes Kind ist anders, deshalb sollte der Lehrer nach einiger Zeit das Gefühl dafür entwickeln, welche Distanz in welcher Situation einzunehmen ist.

³⁹ Heidemann R. Körpersprache im Unterricht. In: In der sozialen Zone. – Wiebelsheim: Quelle & Mayer Verlag, 2009. – 87 S.

KAPITEL III. Die Bedeutung der Körpersprache im Unterricht

3.1. Die Rolle der Körpersprache

Die Kommunikation und gute Leistungen der Lernenden werden durch viele nonverbale Aspekte wie Haltung, Gestik, Mimik beeinflusst. Eine passende Körpersprache kann Lehrkräfte darin unterstützen, die gewünschte Wirkung zu erzielen und überzeugend aufzutreten. Im Unterricht möchten wir möglichst effektiv kommunizieren sowie pädagogisch und bildungsorientiert handeln und wirken. Deshalb gilt es, Missverständnisse und Irritationen möglichst zu vermeiden und Lernprozesse produktiv und störungsfrei zu gestalten.

Der Unterricht, wie auch alle anderen gesellschaftlichen Situationen, ist erst durch die Kommunikation und Interaktion möglich. Der Unterricht ohne Kommunikation ist nicht erdenklich. Das Wichtige daran ist, dass sich die Beteiligten in den gesellschaftlich erteilten Rollen befinden und dass eine Rolle ohne die andere bedeutungslos ist. Nach der zentralen Kommunikationstheorie von Watzlawick heißt es, dass man sich nicht nicht verhalten kann⁴⁰. Die Lehrer/innen senden ständig Signale aus, wie sie sich fühlen, ob sie es wollen oder nicht. Sie müssen sich deshalb bewusst sein, dass die Schüler/innen ständig diese Signale empfangen und deuten. Um einen erfolgreichen Unterricht zu halten, muss die nonverbale Kommunikation im Einklang mit der verbalen Kommunikation sein. Die inkongruenten verbalen und nonverbalen Signale machen die Schüler skeptisch, was zu Unruhe und Störungen führen kann, da der Lehrer unsicher scheint.

Die nonverbale Kommunikation ist in vielerlei Hinsicht wichtig, denn der Kontakt zur Klasse wird erst durch die Körpersprache hergestellt⁴¹. Der Unterricht ist eine sehr komplizierte Situation, da der Lehrer mit mehreren Schülern gleichzeitig arbeitet. Solche Situationen fordern von dem Lehrer ab, die

⁴⁰Watzlawick P. Beavin J. Jackson D. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. In: Alles Verhalten ist Kommunikation.– Bern: Hans Huber Verlag, 1996. -57 S.

⁴¹Watzlawick P. Beavin J. Jackson D. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. In: Interaktion als System– Bern: Hans Huber Verlag, 1996. -137 S.

Körpersprache aktiv und bewusst einzusetzen. Denn er ist nicht in der Lage, wenn er mit der ganzen Klasse arbeitet und sich nicht jedem Schüler einzeln widmen kann, die Disziplin in der Klasse verbal zu beeinflussen. Der Lehrer soll ständig in der Lage sein, die Arbeitsatmosphäre in der Klasse einzuschätzen, und er soll merken, wenn die Schüler Schwierigkeiten mit dem Lernmaterial haben. Da auch der Frontalunterricht am häufigsten ist, kann sich der Lehrer nur an den Gesichtsausdrücken und anderen nonverbalen Zeichen der Schüler orientieren, um die Wirksamkeit und den Erfolg des Unterrichts einzuschätzen.

Man kann also feststellen, dass der Unterricht und die Vermittlung von Wissen ohne gute und sichere Körpersprache kaum vorstellbar sind. Die bloßen Daten und Informationen werden die Schüler nicht für längere Zeit behalten können, wenn sie emotionslos vorgeführt werden. Die Lehrer/inne sollten also wissen, was das richtige Maß an Körpersprache ist. Zu viel oder zu wenig stört und mindert die Konzentration der Klasse. Der richtige Einsatz von Körpersprache hat zur Folge, dass sich die Lehrenden und die Lernenden besser verstehen und das wirkt sich positiv auf den Erfolg aus.

Ein guter Rat, den erfahrene Lehrer jungen Kollegen oftmals geben, lautet: Wenn du in eine Klasse gehst, entscheidet der erste Augenblick. Wenn du dich am Anfang durchsetzen kannst, hast du gewonnen, wenn nicht, ist die Klasse für dich verloren. Gemeint ist damit, dass das erste Auftreten einer Lehrperson bereits über die Reaktion des „Schülerpublikums“ entscheidet und die weitere Interaktion in der Klasse beeinflusst.

Der wichtigste Faktor bei diesem „ersten Auftritt“ ist die Körpersprache. Körpersprache umfasst Mimik, Gestik und Augenkontakt und gehört damit zum nichtsprachlichen Bereich menschlicher Kommunikation. Die Körpersprache einer Person drückt deren momentane Befindlichkeit aus, noch bedeutender ist jedoch der Aspekt der hierarchischen Position. Gestik, Mimik und Verhalten lassen Macht- oder Ohnmachtspositionen erkennen.

In feiner Abstimmung miteinander eröffnen sie eine differenzierte Palette an genauer sozialen Positionierung. Jede Begegnung von Menschen miteinander ist

Anlass für die Zurschaustellung der jeweiligen hierarchischen Position und des Verhältnisses der beiden Personen zueinander. Als soziales Wesen und richtet sich der Mensch ständig an anderen Menschen aus, sucht, findet und verteidigt seinen Platz innerhalb der Gruppe.

Körpersprache im Unterricht Interaktion und Kommunikation finden auch in der Schule innerhalb und außerhalb des Unterrichts in hohem Maße nonverbal über den Körper statt. Das ist nicht neu, aber inzwischen hat sich ein Bewusstsein für die Komplexität körperlichen Handelns entwickelt. Der Lehrer produziert mit seinem Körper eine Sprache, die die Schüler verstehen lernen müssen, um erfolgreich durch den Schulalltag zu kommen. Umgekehrt ist es für den Lehrer nützlich, wenn er die Körpersprache seiner Schüler entschlüsseln kann. Allerdings belegen Untersuchungen, dass diese Fähigkeit bei Lehrern nicht in sehr hohem Maße ausgeprägt ist.

Weder Lehrer noch Schüler kommunizieren im Unterricht nicht nur verbal sondern immer auch mit dem Körper vor allem mit unserer Mimik und Gestik. In der Fachliteratur geht man von einem circa 80-prozentigem körpersprachlichen Anteil am Unterrichtsgeschehen aus. Unsere Körpersprache verrät viel über unsere Emotionen und Einstellungen. Die Signale der Körpersprache im Unterricht wahrzunehmen, sie im Gesamtzusammenhang zu deuten ist wichtig für erfolgreichen Unterricht. Auch einer Neubewertung von Körpersprache in Anbetracht aktueller Unterrichtsentwicklungen ist angezeigt.

3.2. Zeichen der Überlegenheit des Lehrers

Überlegenheit spielt eine große Rolle im Unterricht wie aus praktischen so auch aus theoretischen Gründen. Überlegenheit kann man, im Sinne dieser Arbeit, als Eigenschaften einer Beziehung festlegen, in welcher die überlegene Person das Benehmen der untergeordneten Person überwacht. Die Überlegenheit kann als wahre Aggression gesehen werden, oder auch nur das Drohen mit aggressiven Maßnahmen. Die untergeordnete Person kann in solcher Situation ihr Verhalten,

um Sanktionen zu vermeiden, verändern (z. B. die Schüler werden leise, wenn der Lehrer kommt). Die Überlegenheit wird meist durch die anfängliche Konfrontation oder Drohung gezeigt. Beide Seiten, die Überlegene so wie auch die Untergeordnete, zeigen dem Betrachter, ob sie es wollen oder nicht, in welcher Rolle sie sich befinden⁴². Wie es schon gesagt wurde, man kann sich nicht nicht verhalten.

1.2.1. Überlegenheit im Klassenzimmer

Einige Lehrende können leicht die Disziplin im Klassenzimmer herstellen, während die anderen Lehrenden nicht in der Lage sind, Disziplin herzustellen, trotz ihrer jahrelangen Erfahrung. Es helfen ihnen auch nicht die Drohungen oder Versprechen, die Schüler zu bestrafen.

Der Grund, weshalb die erfahrenen Lehrenden mehr Erfolg haben, die Disziplin in der Klasse herzustellen, ist, dass sie die erste Stunde ganz anders halten. Sie zeigen der Klasse, dass jede Art von schlechtem Benehmen ernst genommen und streng bestraft wird. Sie zeigen aber auch ihre positiven Qualitäten wie z. B.: Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft, Sinn für Humor. Wenn die Klasse die Grenzen des Lehrenden testet, helfen schnelles Handeln und kleinere Konsequenzen solche Überschreitungen weiter zu verhindern. Das lässt die Schüler wissen, was sie tun sollen und was sie besser lassen sollen⁴³. Ruhig und gelassen wirkende Lehrende geben von sich wenig zu wissen, was die Klasse vorsichtig und unsicher macht und das trägt zur Disziplin im Klassenzimmer stark bei. Solche Lehrende sind auch schnell und nicht zögerlich, wenn es um die Bestrafung kleinerer Überschreitungen geht. Schnelle und unangenehme Konsequenzen auch schon für kleinere Überschreitungen, macht die Schüler vorsichtig und sie können sich nur denken, was für Strafen schlimmer

⁴²Heidemann, R. Körpersprache im Unterricht. In: Zone und Abstand. – Wiebelsheim: Quelle & Mayer Verlag, 2009. – 91 S.

⁴³Heidemann, R. Körpersprache im Unterricht. In: Signale des Abstandes. – Wiebelsheim: Quelle & Mayer Verlag, 2009. – 89 S.

Überschreitungen mit sich bringen werden. Man muss aber vorsichtig sein, starke Drohungen können auch sehr kontraproduktiv sein. Ständiges Drohen zeigt, dass sich die Lehrenden selber bedroht fühlen, was die Schüler ausnutzen können. Solches Benehmen schadet dem Selbstbewusstsein der Kinder, was zur schlechten Kooperation oder sogar Verweigerung der Kooperation seitens der Kinder führen kann.

Unsichere Lehrende geben von sich Signale, die die Schüler über die möglichen Reaktionen informieren. Diese Informationen lassen die Schüler sicherer werden und sie fangen an, die Grenzen der Disziplin in der Klasse zu strapazieren und zu überschreiten. Damit zwingen sie die Lehrenden in die Rolle der strengen Lehrenden, was schlecht von der Klasse akzeptiert wird und mehr Unruhe mit sich bringt⁴⁴.

3.2.1.2. Signale die Ruhe und Stress vermitteln

Die Lehrer, die sicher sind, sehen meist sehr gelassen aus. Die unsicheren und unter Stress stehenden Lehrer zappeln oft herum und blinzeln, deshalb werden sie sehr oft von Schülern schlecht bewertet. Direkter Augenkontakt kommt bei sicheren Lehrern öfter vor, während die unsicheren und unruhigen Lehrer oft ihre Arme an der Brust verschränken und mit den Händen die Oberarme festgreifen. Dieses Verhalten bildet eine Art Barriere zwischen dem Lehrer und der Klasse, was dem Lehrer ein bisschen Sicherheit gibt. Unsichere Lehrer fassen ihre Kleidung sehr oft an, senden Abwehrsignale und lächeln sehr selten. Die gelassenen und sicheren Lehrer lächeln hingegen öfter und nutzen Signale, die der Regulierung der Klasse dienen, wie z. B. mit dem Zeigefinger zeigen oder offene Handoberfläche, wenn sie etwas erklären. Sogar wenn es zu Konflikten in der Klasse kommt, bleiben sie gelassen und gehen mit den Kindern, wie mit den Erwachsenen um, ohne zu schreien oder zu drohen. Die gelassenen Lehrer

⁴⁴Morris D. Bodytalk – Körpersprache, Gesten und Gebärden. In: Soziale Kompetenz. - München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1995. -10 S.

bedienen sich der Zeichen der gemilderten Drohung oder Abwehr, ihre Arme an der Brust verschränkt, oder ein Arm an der Hüfte halten und dabei lächeln sie, um die Zeichen noch mehr zu mildern. Solche nonverbalen Zeichen werden von den Schülern nicht als Drohung empfunden. Das Gesicht der Lehrer sendet die stärksten Signale, die leicht erkannt werden und ein freundliches Lächeln kann dem Lehrer helfen, Disziplin und gute Arbeitsatmosphäre in der Klasse zu schaffen.

3.3. Aufmerksamkeit in der Klasse

Aufmerksamkeit kann man als Lenkung des Bewusstseins auf Wahrnehmung der Umwelt oder des eigenen Verhaltens, eigener Gedanken und eigener Gefühle definieren. Dieser Absatz beschäftigt sich mit der Menge der Aufmerksamkeit, die sich die Beteiligten schenken. Die Aufmerksamkeit an sich muss nicht gleich auch bessere Qualität des Unterrichts bedeuten.

Der Rollenunterschied und die Erfahrung, die man zwischen dem Lehrer und der Klasse findet, bedeuten, dass der Lehrer mehr Aufmerksamkeit bekommt. Dies kann man schon an dem Klassenzimmer merken, wo die Stühle der Schüler dem Lehrer gewandt sind und der Lehrer vor der Klasse steht. Die Klassenzimmer sind so eingerichtet, weil die Menschen mehr dazu neigen, dem Übergeordneten mehr Aufmerksamkeit zu schenken, als den Gleichgerichteten oder den Untergeordneten⁴⁵. Wie gut der Lehrer die Aufmerksamkeit der Schüler halten kann, hängt davon ab, wie gut und interessant sein Unterricht ist. Zwei wichtige Aspekte hier sind die Körperhaltung und der Blick. Lehrer kann die Aufmerksamkeit erhöhen, indem er aufsteht. Diese Position der Macht unterstreicht seine Wichtigkeit in der Klasse und macht es leichter, die Schüler im Auge zu behalten. Der ständige Blickkontakt macht es den Schülern schwer, mit den Klassenkameraden zu sprechen oder sich mit anderen Dingen zu beschäftigen.

⁴⁵Morris D. Bodytalk – Körpersprache, Gesten und Gebärden. In: Signale der Aufmerksamkeit. - München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1995. -10 S.

3.3.1.Führungsstil

Der Führungsstil eines Lehrers ist eng mit der Persönlichkeit, Ausbildung, Kompetenz und der Einstellung verbunden⁴⁶. Man unterscheidet grundsätzlich drei Führungsstile. Der erste Stil ist der autoritäre Stil. Dieser Stil ist durch den dominanten, abweisenden, unfreundlichen, ungedulden Lehrer charakterisiert. Der zweite Stil ist der demokratische Stil. Diesen Stil charakterisiert ein freundlicher, gemütlicher, geduldiger, vertrauensvoller und verantwortungsbewusster Lehrer. Den Laissez-faire Stil charakterisiert ein Lehrer, der sich zurückhält, er ist distanziert und unbeteiligt.

Von den drei Führungsstilen ist der Laissez-faire Stil am schlechtesten. In solcher Klasse wird am wenigstens und am schlechtesten gearbeitet. Der Unterricht sieht aus wie ein Spiel. Der autoritäre Stil ist nicht so schlimm, aber hat auch sehr viele negative Auswirkungen. Bei solchem Führungsstil kann man viel Lernmaterial bewältigen, aber dies hat schwache Begeisterung und Motivation der Schüler zur Folge. Schüler in solchen Klassen sind nicht selbstständig und zeigen kaum Individualität. Der demokratische Stil ist der beste von den drei genannten Stilen. Die Kinder zeigten sehr viel Selbstständigkeit, hatten viel mehr Motivation, waren origineller und sie waren auch viel zufriedener. Eine Reihe von Untersuchungen hat auch ergeben, dass der Zugang zu Kindern viel mehr die Arbeitsatmosphäre beeinflusst als der Stoff, der gelernt wird

3.3.1.2. Zeichen der Aufmerksamkeit

Zeichen von Aufmerksamkeit gehört zu den grundsätzlichen Begriffen der Metakommunikation. Die Regeln, wie man sich in verschiedenen Situationen

1. ⁴⁶Schulz von Thun F. Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen – Allgemeine Psychologie der Kommunikation. In: Kommunikation und Führung. –Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 2013. -202 S.

benehmen soll, sind kulturbedingt und schreiben vor, was man darf und was man besser lassen soll. Die erwachsenen Zuhörer zeigen ihre Aufmerksamkeit, obwohl ihr Blick schweifen kann. Die meisten Zuhörer signalisieren die ganze Zeit, dass sie zur Interaktion bereit sind. Ist das nicht der Fall, können sie ihre Uninteressiertheit zeigen, indem sie länger mit dem Blick schweifen, gähnen oder mit verschiedenen Dingen zu spielen anfangen⁴⁷.

Die älteren Kinder können ihre Aufmerksamkeit auch nur vortauschen, um den Kontakt mit dem Lehrer zu vermeiden. Doch sie können auch anders ihre Uninteressiertheit zeigen. Die Kinder können mit ihren Klassenkameraden reden, im Stuhl schaukeln oder auch dem Lehrer sagen, dass der Lehrstoff langweilig ist. Die Kinder im Gymnasium oder in der Hauptschule sind viel gerissener und nutzen die metakommunikative Vielfalt der Bedeutungen von Zeichen aus. Statt langsam zum Fenster zu gehen und es schließen, rannte ein Schüler durch die Klasse. Er benahm sich im Rahmen der Regeln und hat die Aufforderung des Lehrers, das Fenster zu schließen, ausgenutzt und so interpretiert, wie es ihm passte. Der Lehrer benutzt in der Klasse Aufforderungen, dessen implizite Bedeutungen nur neuen Schülern erklärt werden. Wenn man die Regeln aber wörtlich nimmt, gibt es viele Verhaltensweisen, die im Rahmen der Regeln liegen.

Das Hauptproblem der Lehrer ist es, wie sie den Schülern die richtigen Fertigkeiten beibringen sollen, damit sie später in der Lage sind, mit den richtigen Zeichen der Aufmerksamkeit die Interaktion zu steuern. Die Schüler haben keine Bremse, die die Erwachsenen haben und deshalb ist ihr Benehmen viel direkter. Ist der Lehrer nicht in der Lage, sich den Verhaltensmustern der Kinder anzupassen, wird er von den Kindern manipuliert. Die unerfahrenen Lehrer erkennen oft nicht, wenn die Klasse ihre Aufmerksamkeit vortauscht und dann werden sie oft von der Klasse in die Irre geführt.

⁴⁷Morris D. Bodytalk – Körpersprache, Gesten und Gebärden. In: Signale der Aufmerksamkeit. - München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1995. -13 S.

Die Aufmerksamkeit einer Gruppe wird meist der Person geschenkt, die eine Aufsichtsrolle hat und in einer informellen Gruppe der Person, die gerade das Wort hat. In der Klasse wird die Aufmerksamkeit jedoch dem Lehrer geschenkt. Der Lehrer soll in der Lage sein, die Aufmerksamkeit der Schüler zu behalten. Das ist vor allem in Übergangsphasen wichtig, wo man von einer Aufgabe auf die andere wechselt. Diese Phasen sind kritisch und dann kommt es oft zu mangelhafter Disziplin. Die Aufmerksamkeit in der Klasse wird oft durch die nonverbalen Zeichen signalisiert, doch diese können leicht vorgetauscht werden. Die beste und sicherste Art, die Aufmerksamkeit zu testen, ist die Fragen stellen

3.4. Position im Klassenzimmer

Die Position und Haltung sind die wichtigsten Elemente des nonverbalen Verhaltens in der Klasse. Die Lehrer, die sich mehr vor der Tafel aufhalten, reden viel mehr. Während die Lehrer, die durch die Klasse spazieren, sind viel offener gegenüber den Kindern. Spazieren durch die Klasse hat den Vorteil, dass der Unterricht viel interaktiver und freundlicher wird und die Kinder arbeiten auch konstruktiver.

In einem traditionellen Klassenzimmer nimmt der Lehrer 25 bis 30 Prozent des Raumes ein. Aus dieser Position versucht er, seine Wirkung in der Klasse regelmäßig zu verteilen. Dabei hat er zwei Optionen. Die erste Option ist es, durch die Klasse zu spazieren und sich jedem Schüler im geeigneten Maße zu widmen. Die zweite Option ist es, mit dem Blick seine Aufmerksamkeit jedem Schüler zu schenken⁴⁸. Die Schüler, die mehr Aufmerksamkeit vom Lehrer bekommen, sind produktiver und arbeiten mehr.

⁴⁸Birkenbihl V. F. Signale des Körpers. In: Sicherheit und Intimzone. - Heidelberg: Mvg Verlag. 2005. – 123 S.

3.4.1. Wirksamkeit der Position und Sitzordnung

Die Wirksamkeit der Sitzordnung und Position des Lehrers im Klassenzimmer beeinträchtigt die Arbeitsatmosphäre in formellen Klassen, aber nicht in informellen. Formelle Klassen sind die, wo der Lehrer vor der Klasse steht und alle Schüler richten ihre Aufmerksamkeit auf ihn. In informellen Klassen sitzen die Schüler in Gruppen oder im Kreis. In solchen Klassen werden Diskussion und Zusammenarbeit gefordert. Es gibt keine perfekte Sitzordnung, da sich mit dem Alter auch das Benehmen der Kinder verändert. In der Regel ist die Arbeitsatmosphäre in einer Klasse, wo Jungen und Mädchen Banknachbarn sind, die beste. Im Gymnasium oder Realschule wäre es am besten, die unruhigen Kinder in die ersten Bänke zu setzen und die ruhigen in die letzten Bänke⁴⁹.

Haben die Kinder freie Wahl und suchen sich selber Sitzplätze aus, kommt es vor, dass die kommunikativsten Kinder in der Mitte sitzen, Während die mehr zurückgezogenen Kinder mehr an den Seiten sitzen. Die unruhigen Kinder suchen die letzten Plätze, da sie dort am entferntesten vom Lehrer sind und dort können sie sich freier benehmen. Es gibt ihnen auch die Möglichkeit, die anderen Kinder vor sich zu ärgern und von dort haben sie auch einen besseren Blick auf die Klasse.

Die Kinder arbeiten mehr und besser, wenn sie zu zweit in Banken sitzen, als in Gruppen, die an einem Tisch sitzen. Das gilt aber nur in Grundschulen. In Mittelschulen haben die Gruppenprojekte und Gruppenarbeit bessere Auswirkungen und fordern die Kinder an, mehr zu arbeiten.

3.5. Ausbildung der Lehrer – hinsichtlich der Körpersprache

Gute und geschickte Lehrer werden nicht geboren, sie werden gut durch ihre Ausbildung und Erfahrung. Gutes Wahrnehmungsvermögen ist von größerer Hilfe

⁴⁹Morris D. Bodytalk – Körpersprache, Gesten und Gebärden. In: Anders wahrnehmen. - München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1995. -13 S.

bei der Erlernung von nonverbalen Verhaltensmustern in der Klasse. In der heutigen Lehrerbildung gibt es nicht viele Vorlesungen oder Seminare, die sich mit dem nonverbalen Verhalten befassen. Das ist ein Nachteil, da die Schüler sehr gut effektive von ineffektiven Lehrern unterscheiden. Das Verhalten, das sie von effektiven Lehrern erwarten, ist Freundlichkeit, ruhiges Auftreten und Begeisterung. Die ineffektiven Lehrer sind nach den Schülern sehr unsicher, gestresst und unzugänglich.

Körpersprache im Unterricht Interaktion und Kommunikation finden auch in der Schule innerhalb und außerhalb des Unterrichts in hohem Maße nonverbal über den Körper statt. Das ist nicht neu, aber inzwischen hat sich ein Bewusstsein für die Komplexität körperlichen Handelns entwickelt. Der Lehrer produziert mit seinem Körper eine Sprache, die die Schüler verstehen lernen müssen, um erfolgreich durch den Schulalltag zu kommen. Umgekehrt ist es für den Lehrer nützlich, wenn er die Körpersprache seiner Schüler entschlüsseln kann. Allerdings belegen Untersuchungen, dass diese Fähigkeit bei Lehrern nicht in sehr hohem Maße ausgeprägt ist. Niklaus⁵⁰ führt Lehrer an 5. Stelle an; die vorderen Rangplätze besetzen Schauspieler, Wissenschaftler, die sich mit nonverbaler Kommunikation befassen, Studenten der bildenden Künste, gefolgt von Medizinern und Collegestudenten. In 80% der Fälle schnitten Frauen besser beim Dekodieren von Körpersprache ab als die beteiligten männlichen Versuchspersonen. Unterrichtliche Verhaltenssteuerung läuft auf zwei Ebenen ab, der verbalen und der nonverbalen. Dabei steht die Körpersprache des Lehrers in einer komplexen Wechselwirkung zu seiner Verbalsprache. Sowohl die Verbal- als auch die Körpersprache kann Inhalts-, Beziehungs- und Prozessbotschaften übermitteln, die Gewichte sind aber ungleich verteilt: Inhaltsbotschaften werden im alltäglichen Unterricht überwiegend über die Verbalsprache, Beziehungsbotschaften überwiegend über die Körpersprache, Prozessbotschaften

⁵⁰Niklaus D. Autorität und Führungsverhalten in der Schule, Beiträge empirischer Forschung zum Problem Autorität und Partizipation in der Schule. In: Körpersprache in der beruflichen Praxis. – Göttingen: Springer Verlag, 1976. – 79 S.

sowohl über die Verbal- als auch über die Körpersprache vermittelt. Der Erfolg des Unterrichts hängt in besonderem Maße davon ab, inwieweit es dem Lehrer gelingt, zwischen seiner Verbalsprache und seiner Körpersprache einen Gleichklang zu erzielen. Wenn die Verbalsprache anderes vermittelt als die zeitgleich ausgesandte Körpersprache, können sich die zu übermittelnden Botschaften im harmloseren Fall gegenseitig neutralisieren. Im ungünstigsten Fall erzeugt das Auseinanderklaffen von Verbal- und Körpersprache Verunsicherung und Verwirrung bei den Schülern, sie wissen nicht, wie sie beim Lehrer "dran" sind. Häufig resultieren Unterrichtsstörungen aus diesem Phänomen. Bittet beispielsweise ein Lehrer seine Schüler mit zitternder, unsicherer und leiser Stimme um Ruhe, so schließen Schüler daraus, der Lehrer habe Probleme, seine Forderungen durchzusetzen, also könne man weiter stören. Ähnlich schwer dürfte es der Lehrer haben, der sich hinter seinem Pult verbarrikadiert, sich verbal aber um guten Kontakt zur Klasse bemüht. Kommunikation ohne nonverbale Signale ist zerstörerisch. Man kann nicht miteinander reden, Unterricht halten, aber durch den Blick, die Gestik und die Körperhaltung zeigen, dass man weg möchte oder die Nähe nicht aushält.

Es gibt ein paar Körpersignale, die Sie als Lehrkraft vermeiden sollten, wenn Sie einen überzeugenden Eindruck erzielen möchten:

- Arme verschränken und breitbeinig stehen
- Häufige Selbstberührungen
- Zappeln, fummeln, nesteln
- Oft mit den Haaren spielen
- Mit den Händen fuchteln
- Zeigefinger, spitze Gesten
- Stimme: zu leise, zu hoch, zu schnell, nuscheln, monoton
- Ständiges Kopfschiefhalten und dabei Lächeln.

Checkliste: Beobachtungsfragen bezüglich der eigenen Körpersignale

- Ist meine Haltung, Gestik, Mimik eher offen oder geschlossen?
- Neige ich dazu, über andere in einer bestimmten Art und Weise zu denken – besonders, andere Personen negativ einzustufen?
- Kann ich Stresssignale bei mir identifizieren, z.B, an der Kleidung herumnesteln, an den Kopf fassen, den Blick auf den Boden senken?
- Wie ist mein Tonfall? Zum Beispiel: aggressiv, belehrend, gereizt, ruhig, beruhigend, sachlich, freundlich, begeistert?
- Spreche ich deutlich? Zu laut, zu leise? Neige ich dazu< schnell zu sprechen?
- Nutze ich Gestik und Tonfall, um das Gesagte zu untermalen, zu rhythmisieren und zu strukturieren?

Tipps für den Unterricht

Gute Kommunikation im Unterricht erkennen wir

- an klaren und kurzen Ansagen,
- an einer „lebendigen“ (interessanten) Sprache,
- an Fachbegriffe, die zunächst erklärt und dann verwendet werden sobald die Kinder alt genug sind (ab ca. 10 Jahren)
- dass wir Kindern „wirklich“ zuhören,
- dass wir viel mit Körpersprache - Mimik und Gestik arbeiten,
- dass wir Hierarchien abbauen (auf Augenhöhe kommunizieren),
- an einem abwechslungsreichen, spannenden Unterricht, der Lernaufgaben erlebnisorientiert z. B. durch kleine Geschichten verpackt usw.

Fazit

Durch die Körpersprache erhalten wir Hinweise und Informationen über Gefühle, Beziehungen, Einstellungen und Stimmungen, die nicht verbal ausgedrückt werden, aber dennoch eine wichtige Aussage haben und menschliche Interaktionen wesentlich beeinflussen. Die Körpersprache, die Sprache des Körpers, vermittelt vor allem, wie wir uns fühlen, was wir denken und wie wir Situationen bewerten. Die Nonverbale Kommunikation erleben wir jeden Tag, jede Stunde, jede Minute. Sie ist die älteste Form zwischenmenschlicher Verständigung und ist der Teil menschlicher Kommunikation der sich durch Gestik, Mimik und andere optische Zeichen ausdrückt. Im Kontakt mit anderen kommunizieren wir auf zwei Ebenen: verbal und nonverbal, direkt und indirekt. Gesichtsausdruck und Körpersprache passen zum Inhalt der Aussage oder verraten etwas ganz Anderes.

Wir benutzen unseren Körper und seine Sprache, um Beziehungen zu unseren Mitmenschen zu knüpfen und sie zu erhalten und zu pflegen. Dies geschieht anhand von Kommunikationsprogrammen, die wir von unseren Eltern und Bezugspersonen übernehmen (Körpersprachlicher Dialekt). Notwendig ist, dass Lehrkräfte sich der Bedeutung und Wirkung ihrer Körpersprache bewusst werden und dass sie sensibler für das nonverbale Verhalten ihrer Schüler werden. Als Lehrkraft stehen Sie, vor allem im Unterricht, im Fokus der Aufmerksamkeit. Somit wird **alles** – nicht nur das, was Sie sagen, sondern alles was sichtbar (Körpersignale) und hörbar ist – interpretiert und bewertet. Dies läuft beim Gegenüber meist unbewusst und so schnell ab, dass dieser Vorgang gar nicht bewusst wahrgenommen wird. Wir können, wie gesagt, *nicht nicht kommunizieren* (Watzlawick 2007, S.51). In vielen Situationen ist es daher hilfreich, sich bewusst mit Körpersprache auseinanderzusetzen, um Signale auf ihre Wirkung hin zu beobachten und gegebenenfalls zu verändern.

Der Lehrer muss dazu fähig sein, seine Körpersprache richtig einzusetzen (ohne widersprüchliche Signale), denn diese Untersuchung hat bewiesen, dass Schüler schon im Grundschulalter die Körpersprache deuten können. Bewusst oder unbewusst vermittelt der Lehrer seine eigene Einstellung gegenüber dem, was er

unterrichtet. Mit einem desinteressierten Gesichtsausdruck oder einer tragen Handbewegung zeigt er, dass der Lernstoff nicht interessant ist oder sogar übersprungen werden kann. Mit einer solchen Körpersprache fordert er die Inaktivität der Schüler. Die Mehrheit der Schüler lernen ihre ersten Worte auf Deutsch erst im Deutschunterricht. Wenn sie Schwierigkeiten haben, melden sie sich auch selten zu Wort. Der Grund dafür kann Angst sein oder nur unzureichende Sprachkenntnisse. Deswegen muss der Lehrer in der Lage sein, anhand des Gesichtsausdrucks, der Kopf- oder Handposition, festzustellen, ob der Schüler den Lernstoff versteht. Im Anschluss an die vorgenannte Problematik soll auch erwähnt werden, dass die Körpersprache als Ersatz für die Muttersprache gebraucht werden kann. Aus dem reichen Wortschatz der deutschen Sprache behalten die Schüler nur die häufigsten Wörter. Mit Hilfe der Körpersprache, anstelle der Muttersprache, können bestimmte Wissenslücken überwunden werden. Diese Untersuchung hat das Ausdrucksvermögen der Körpersprache und die Tatsache, dass Schüler nonverbale Signale auch ohne Ton richtig interpretieren können, bestätigt. Wie gut der Lehrer wird, hängt von seinen nonverbalen Fähigkeiten ab. Diese kann er sich durch Nachahmung von seinen Lehrern, durch die besondere Ausbildung und durch das gute Beobachtungsvermögen aneignen. Das nonverbale Verhalten kann und sollte auch gelernt werden.

Daraus ergibt sich, dass wir mit unserer Körpersprache wesentlich schlechter lügen können, als mit Worten.

Dadurch ergeben sich zwei Schlussfolgerungen:

- Wenn wir auf die Körpersprache unseres Gesprächspartners bewusst achten, können wir mehr über ihn herausbekommen, als er uns eigentlich sagen will.
- Wenn wir uns unserer Körpersprache allerdings bewusst sind, können wir sie auch beeinflussen. Man könnte seine Mitmenschen damit beeinflussender manipulieren.

Wir können nicht nur unsere Körpersprache beeinflussen, sondern uns selbst auch durch unsere Körpersprache beeinflussen. Um das zu verstehen, genügt es, sich folgende Situation klarzumachen: Wenn wir einem Vortrag zuhören,

der uns interessiert, dann sitzen wir gerade und aufmerksam. Umgekehrt beeinflusst uns unsere Sitz- und Körperhaltung in unserer Wahrnehmung der Umwelt.

Der Erfolg des Unterrichts hängt in besonderem Maße davon ab, inwieweit es dem Lehrer gelingt zwischen seiner Verbalsprache und seiner Körpersprache einen Gleichklang zu erzielen. Wenn die Verbalsprache anderes vermittelt als die zeitgleich ausgesandte Körpersprache, können sich die zu übermittelnden Botschaften im harmloseren Fall gegenseitig neutralisieren. Im ungünstigsten Fall erzeugt das Auseinanderklaffen von Verbal- und Körpersprache Verunsicherung und Verwirrung bei den Schülern, sie wissen nicht, wie sie beim Lehrer "dran" sind. Häufig resultieren Unterrichtsstörungen aus diesem Phänomen. Bittet beispielsweise ein Lehrer seine Schüler mit zitternder, unsicherer und leiser Stimme um Ruhe, so schließen Schüler daraus, der Lehrer habe Probleme, seine Forderungen durchzusetzen, also könne man weiter stören. Ähnlich schwer dürfte es der Lehrer haben, der sich hinter seinem Pult verbarrikadiert, sich verbal aber um guten Kontakt zur Klasse bemüht. Kommunikation ohne nonverbale Signale ist zerstörerisch. Man kann nicht miteinander reden, Unterricht halten, aber durch den Blick, die Gestik und die Körperhaltung zeigen, dass man weg möchte oder die Nähe nicht aushält.

Literaturverzeichnis

1. Argyle M. Körpersprache und Kommunikation. –Paderborn: Junfermann Verlag, 1992. –S.448
2. Argyle M., Trower P., Ohl M. Signale von Mensch zu Mensch. Die Wege der Verständigung.–Weinheim: Beltz Verlag, 1981. –S.133
3. Bienk A. Filmsprache. Einführung in die interaktive Filmanalyse. –Marburg: Schuren Verlag, 2006. –S.192
4. Birkenbihl V. Signale des Körpers – Körpersprache verstehen. -München: Mvg Verlag, 2012. –S.272
5. Döfler J. Die Kunst der Menschenkenntnis – Mimik, Gestik, Körpersprache. – Rastatt: Verlagsunion Erich Pabel-Arthur Moewig KG, 1989. –S.386
6. Ekman P. Gefühle lesen – Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren. –Heidelberg: Spektrum, 2.Auflage, 2010. –S.409
7. Ekman P. Salisch M. Gesichtsausdruck und Gefühl. 20 Jahre Forschung von Paul Ekman. Paderborn: Junfermann, 1988. –S.257
8. Fast J. Körpersprache. –Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH, 2000. –S.192
9. Fassler M. Was ist Kommunikation? -München: Wilhelm Fink Verlag, 1997. – S.231
10. Fiehler R. Kommunikation und Emotion. –Berlin: Verlag de Gruyter, 1990. – S.335
- 11.Fischer A. Deutsche Aussprache – Lernen mit Rhythmus. Zeitschrift für interkulturellen Fremdsprachenunterricht.–Leipzig: Schubert-Verlag, 2007. –S. 125
- 12.Fischer A. Deutsch lernen – mit Rhythmus. –Leipzig: Schubert-Verlag, 2007. – S.168
- 13.Frindte W. Einführung in die Kommunikationspsychologie. –Weinheim und Basel: Beltz Verlag, 2001. –S.232
14. Goleman D. Emotionale Intelligenz. –München: Deutscher Taschenbuch Verlag, 1998. –S.384

15. Heidemann R. Körpersprache im Unterricht. – Wiebelsheim: Mayer Verlag, 2009. –S.215
16. Heinemann P. Grundriss einer Pädagogik der nonverbalen Kommunikation. – Kastellaun: Aloys Henn Verlag, 1976. –S.141
17. Henley N. Körperstrategien – Geschlecht, Macht und nonverbale Kommunikation. –Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag. –S.304
18. Heringer H. Interkulturelle Kommunikation. Grundlagen und Konzepte. – Tübingen-Basel: Francke Verlag, 2004. –S.240
19. Ibelgauf R. Körpersprache. Wahrnehmen, deuten und anwenden. –Augsburg: Weltbild Verlag GmbH, 1997. –S.191
20. Kurtz R. Botschaften des Körpers – Bodyreading: ein illustrierter Leitfaden. – München: Kösel-Verlag, 2011. –S.286
21. Lenke M. Lutz H. Sprenger M. Grundlagen sprachlicher Kommunikation: Mensch, Welt, Handeln, Sprache, Computer. –München: Wilhelm Fink Verlag, 1995. –S.343
22. Maletzke G. Kommunikationswissenschaft. –Opladen/Wiesbaden: Westdeutscher Verlag GmbH, 1994. –S.217
23. Mehrabian A. Nonverbal communication. –Chicago: Aldine Publishing Company, 1972. –S.238
24. Menduni E. I linguaggi della radio e della televisione. –Roma-Bari: Laterza and Figli Spa, 2002. –S.200
25. Meyer H. Unterrichtsmethoden - I:Theorieband.-Frankfurt am Main: Cornelsen Verlag Scriptor, 1987. –S.464
26. Molcho S. Alles über Körpersprache. -München: Wilhelm Goldmann Verlag, 2001. –S.224
27. Molcho S. Körpersprache. -München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1998. – S.256
28. Morris D. Bodytalk – Körpersprache, Gesten und Gebärden. -München: Wilhelm Goldmann Verlag, 1995. –S.231

29. Morris D. Körpersignale – Bodywatching. - München: Wilhelm Heyne Verlag, 1998. –S.270
30. Myers. D. Psychologie. –Heidelberg: Springer Medizin Verlag, 2008. –S.1049
31. Neill S. Neverbalna komunikacija u razredu. –Zagreb: Educa, 1991. –S.200
32. Neumann F. Deutsch gerappt – Acht deutschsprachige Hip-Hop-Songs zum Singen, Rappen und Spielen. Musik & Bildung, Spezialheft mit CD und Midi-Diskette. -Mainz: Schott.1998, -S.330
33. Niklaus D. Autorität und Führungsverhalten in der Schule, Beiträge empirischer Forschung zum Problem Autorität und Partizipation in der Schule. Dissertation, Göttingen 1976, -S.320
34. Reichertz Jo. Kommunikationsmacht. Was ist Kommunikation und was vermag sie? Und weshalb vermag sie das? –Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften, 2009. –S.267
35. Rückle H. Körpersprache verstehen und deuten. – Niederhausen: Falken Verlag, 1991. – S.580
36. Scheflen A. Die Bedeutung der Körperhaltung in Kommunikationssysteme. In: Scherer, Klaus/Wallbott, Harald: Nonverbale Kommunikation: Forschungsberichte zum Interaktionsverhalten. –Weinheim-Basel: Beltz Verlag, 1979. –S.179
37. Scherer K. Wallbott H. Nonverbale Kommunikation: Forschungsberichte zum Interaktionsverhalten. -Weinheim-Basel: Beltz Verlag, 1979. –S.208
38. Schmidt S. Kommunikationswissenschaft, Systematik und Ziele. –Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 2007. –S.288
39. Schneider R. Gefühle lügen nicht. Die Intelligenz der Emotionen. –Frankfurt am Main: Verlag Wolfgang Krüger, 1997. –S.228
40. Schulz F. Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen – Allgemeine Psychologie der Kommunikation. –Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 2013. –S.240
41. Steiner. C. Emotionale Kompetenz. –München: Deutsches Taschenbuch Verlag, 2000. –S.256

42. Ternes. D. Kommunikation – eine Schlüsselqualifikation. –Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung, 2008. –S.224
43. Tomczyk-Popinska E. Metatextuelle Mittel in gewählten Textsorten der deutschen dialogischen Sprache. In: Glottodidactica Vol. 1995. –S.301
44. Varošanec Š. G. Timbar. –Zagreb: FF press, 2005. –S.205
45. Watzlawick P. Beavin J. Jackson D. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. – Bern: Hans Huber Verlag, 1996. –S.322
46. Wehling P. Kommunikation. –Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag, 2007. –S.340
47. Weinrich L. Verbale und nonverbale Strategien. –Tübingen: Max Niemeyer Verlag, 1992. –S.245
48. Wingchen. J. Kommunikation. –Hannover: Brigitte Kunz Verlag, 2006. –S.160
49. Zielke W. Sprechen ohne Worte. Mimik, Gestik, Körperhaltung verstehen und einsetzen. -München: Mvg-Verlag. 31987, 2001. –S.243
50. Zimbardo P. Psychologie. - München: Person Studium, 2004. –S.907

Internetquellen

1. <http://www.payer.de/kommkulturen/kultur042>.
2. <http://www.montageav>.
3. http://www.payer.de/pdf/131_2004/13_1_Barck_Beilenhoff_Das_Gesicht_im_Film.pdf
4. http://arlian.media.unisi.it/DOCUMENTI/I_GESTI DELLE MANI.pdf
5. URL: http://www.whoswho.de/templ/te_bio.php?PID=2220&RID=1
(23.10.2012)
6. URL: <http://www.cinemavvenire.it/seminari/seminario-2002-analisi-del-film-il-ladro-di-bambini/il-ladro-di-bambini> (3.6.2012)
7. <https://opus.bibliothek.uni-wuerzburg.de/frontdoor/index/index/docId/4373>
(am 21. Oktober 2015)